

حمل الآن

مجانا وحصريا

# المراجعة رقم (1)

## الترم الثاني





## السلامة والاسعافات الأولية للحروق والصددمات الكهربائية

### الموضوع الأول

**الحروق :** هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي.

#### أنواع الحروق

##### حروق الدرجة الأولى :

- ✓ **تعتبر الأبسط**، حيث تتأثر الطبقة الخارجية من الجلد، أي طبقة البشرة.
- ✓ قد يسبب الحرق **احمرارًا** وألمًا للمصاب .

##### حروق الدرجة الثانية :

- ✓ تؤثر على الطبقة الخارجية من الجلد (**البشرة**) والطبقة الثانية من الجلد (**الأدمة**) .
- ✓ تكون هذه الحروق أكثر إيلامًا، وغالبًا ما يصحبها ظهور التقرحات وخطر الإصابة بالعدوى.

##### حروق الدرجة الثالثة :

- الأشد خطورة حيث إنها تدمر جميع طبقات الجلد، تتطلب العلاج في المستشفى.
- لتجنب الإصابة بالحروق**، يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة، وتوعية الآخرين بها بما تتطلبه من إسعافات أولية مناسبة .

#### الإسعافات الأولية في حالات الحروق

**لعلاج الحروق البسيطة :** يمكننا وضع **كريم أو مرهم للحروق** على الجزء المصاب ، ولف شاش علي الجزء المصاب ، واستشارة الطبيب اذا لزم الامر .

##### التعرض لحروق في المدرسة :

علينا الاستعانة **بالزائرة الصحية** التي يمكنها استخدام حقيبة الإسعافات الأولية ، و وضع مرهم الحروق علي مكان الحرق ، وفي حالة وجود حروق شديدة الاحمرار نقوم بلف **الجزء المصاب بشاش خاص بالحروق** .





### نصائح في حالات الحروق البسيطة

- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس، من الضروري أخذ حمام بارد .
- إزالة أي إكسسوارات في محيط منطقة الحرق مثل: خواتم، أو ساعة، وغيرها .
- تغطية منطقة الحرق برفق ولطف بشاش .
- عدم لمس منطقة الحرق .
- عدم استخدام العلاجات المنزلية مثل معجون الاسنان والليمون .
- لاحظ :** في حالات الحروق من الدرجة الثانية الكبيرة او من الدرجة الثالثة علينا الاتصال بالإسعاف .



### الإسعافات الأولية في حالات الصدمات الكهربائية

- فصل التيار الكهربائي بسرعة والتأكد من أن الشخص الذي تعرض للصدمة يتنفس بشكل طبيعي .
- وضع مرهم الحروق على الجزء المصاب .
- اصطحاب المصاب الى المستشفى " علل " ؟ لأن الحروق الكهربائية قد تتسبب بأضرار داخلية .

### نصائح في حالات الصدمات الكهربائية والحروق

- استخدام مادة غير موصلة للكهرباء، مثل عصا خشبية لإيقاف التيار الكهربائي .
- إتصل بـ 123 إذا فقد المصاب وعيه أو مصاب بدوار أو تشوش أو حروق شديدة أو صعوبة في التنفس .
- قم بإجراء إنعاش قلبي رئوي للمصاب، وذلك بوضع يدك على منتصف صدر المصاب والضغط عليها بقوة متوسطة لمساعدته على التنفس إلى حين وصول سيارة الإسعاف .
- لا تلمس مصدر التيار مباشرة .
- لا تلمس شخصا ما زال على اتصال مباشر بتيار كهربائي .
- لا تحرك شخصا مصابا بإصابة ناجمة عن الكهرباء .







## إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة

### الموضوع الثاني

#### مخاطر أعمال السباكة واحتياطات السلامة

تتعدد احتياطات السلامة المهنية التي يتبناها السباكون أثناء العمل ومنها :

##### 1 - استنشاق الابخرة والمواد الكيميائية :

- ✓ غالبا ما يتعرض السباكون للابخرة والمواد الخطرة بمياه الصرف الصحي والرصاص والمواد الكيميائية
- ✓ يمكن أن تكون المياه الساخنة والأنابيب الساخنة خطرة أيضا.

**احتياطات السلامة :** ارتداء الأقنعة ( لحمايتهم من استنشاق الغبار والابخرة ) و القفازات والنظارات الواقية، والعمل علي توفير التهوية المناسبة لحمايتهم من الامراض .

##### 2 - الانزلاق والتعثر والاصابة من الأدوات او القطع المتناثرة :

##### احتياطات السلامة :

- ✓ ارتداء احذية السلامة لحمايتهم من الانزلاق ، وارتداء النظارات الواقية ( لحماية العينين من تناثر السوائل وتساقط الحطام ) .
- ✓ ترتيب أماكن العمل للتقليل من مخاطر التعثر .

#### احتياطات السلامة عند استخدام الادوات

✓ اثناء اعمال القطع والحفر أو أي أنشطة تبعث الغبار : يجب علي السباكين

استخدام أدواتهم بعناية وارتداء قفازات ونظارات واقية وقناع .

✓ لتجنب السقوط : يجب استخدام سلالم أو سقالات مناسبة لتجنب السقوط .

✓ عند استخدام الأدوات الكهربائية : يجب الحرص علي عدم تبلل الأسلاك والشرائط الكهربائية .

✓ اثناء استخدام مشعل البروبان للحام الانابيب : يجب علي السباكين إبقاء اللهب علي مسافة بعيدة من المواد القابلة للاشتعال وتجنب إحراق أنفسهم .

✓ لتجنب الحروق من المواد الكيميائية : يجب ارتداء قفازات السباكة لحماية اليدين من الحروق المرتبطة بالأدوات .

✓ ارتداء الخوذات الواقية الصلبة : لحماية السباكين في المواقع الصناعية .

#### مصيدة المياه

✓ احدي الأجزاء المستخدمة في صرف الاحواض .

✓ تهدف مصيدة المياه الي جمع المياه في مكانها، مما يمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن نظام الصرف الصحي في انحاء المنزل ، وعند تصريف المياه تصرف الروائح الكريهة معه عبر الانبوب .







## المربي

## الموضوع الثالث

## المربي



**المربي** هي خليط مكوّن من : ( ثمار الفاكهة أو بعض الخضروات ومضاف إليه السكر، وحامض الستريك "ملح الليمون" ) تطهى على درجة حرارة 105 درجة مئوية، حتى يتماسك قوامها .  
**فوائد المربي :** تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها وتعتبر مصدرًا جيدًا للفيتامينات والأملاح المعدنية.

## الخطوات الأساسية لصنع المربي

**الأدوات اللازمة** (سكين ولوح تقطيع - إناء كبير لطهي المربي - ميزان رقمي - برطمانات زجاجية للتعليب بأغطية - ملعقة تقليب - أداة لرفع البرطمان - )  
**المكونات :** ( فاكهة طازجة - سكر - البكتين لتمامسك قوام المربي (اختياري) - حامض الستريك لحفظ المربي (5) جم لكل كجم من السكر المضاف إلى المربي ) .

## أولاً: تحضير المكونات

- ✓ يجب غسل الفاكهة جيّداً وتقطيعها، وإزالة الأجزاء غير الصالحة للأكل أو المتعفنة،
  - ✓ تحديد كمية السكر التي تحتاجها بمقدار كجم سكر لكل كجم من ثمار الفاكهة.
  - ✓ يمكنك إضافة البكتين، وهي مادة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد على تماسك المربي.
- لاحظ :** تحتوي بعض الفاكهة، مثل التفاح على نسبة بكتين أعلى من غيرها.

## ثانياً: خلط المكونات وطهيها

- ✓ ضَع الفاكهة والسكر في إناء. يُقلب الخليط على نار هادئة للطهي وإذابة السكر،
- ✓ وأضف حامض الستريك إلى القليل من الماء الدافئ،
- ✓ قلب الخليط مرة أخرى حتّى يصبح المربي جاهزاً.

## ثالثاً: تحضير البرطمانات والاعطية

- ✓ عقم البرطمانات جيّداً في إناء وغمرها بالماء. ووضعا تغلي لمدة عشر دقائق .
- ✓ استخدم أداة رفع البرطمانات لإخراجها من الإناء ثم قم بتعقيم الأغطية

## رابعاً: التعليب

- ✓ تعبأ المربي وهي ساخنة في البرطمانات وتترك حتي تبرد ثم تغلق بإحكام .







## اللبن الزبادي

## الموضوع الرابع

## فوائد اللبن الزبادي



- ✓ اللبن الزبادي : لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك؛ وهي بكتيريا مفيدة للجهاز الهضمي.
- ✓ يُعتبر اللبن الزبادي مصدرًا جيّدًا للبروتين والكالسيوم .
- ✓ من الوجبات الخفيفة التي يمكن تناولها على الفطور أو العشاء .

## خطوات صناعة اللبن الزبادي

## 1 - التسخين :

- ✓ يسخن اللبن الي 90 درجة مئوية لمدة عشر دقائق **لقتل الميكروبات الضارة .**
- ✓ يعمل علي تحسين القوام النهائي .

## 2 - التبريد :

- ✓ يبرد اللبن بسرعة لتصل حرارته الي 40 درجة مئوية، وهي **أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة ( الصحية )**
- ✓ يعمل التبريد علي تجنب نمو الميكروبات والبكتيريا الضارة .

## 3 - إضافة بادئات التخمر :

- ✓ بادئات التخمر هي زبادي من يوم سابق، وتتم إضافته بمقدار (٢) ملعقة صغيرة / كجم لبن ويذاب البادئ في قليل من اللبن المبرد عند 40 درجة مئوية، ثم يُعبأ في عبوات **بلاستيكية نظيفة وجافة.**

## 4 - التحضين :

- ✓ يُحفظ الخليط في درجة حرارة تتراوح ما بين ٤٠ و ٤٥ درجة مئوية لمدة ٤ - ٨ ساعات . خلال هذا الوقت، يتحوّل سكر اللاكتوز (سكر) اللبن إلى حامض اللاكتيك بفعل البكتيريا **مما يعطي الزبادي قوامه السميك.**

## 5 - حفظ اللبن الزبادي في الثلاجة :

- ✓ يحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في حاويات معقمة ومغلقة .
- لاحظ :** يجب تعقيم جميع الأدوات المستخدمة لضمان عدم فساد الزبادي .

## بعض العيوب التي تظهر عند صناعة الزبادي واسبابها

## الأسباب

## العيب

- 1 - طعم الزبادي لاذع أو حمضي ————— ← استغرقت فترة التحضين **وقتًا طويلًا**
- 2 - الزبادي قوامه غير متماسك ————— ← **انخفاض** درجة حرارة **التحضين** عن أقل من 40 - 45 درجة مئوية .
- 3 - تشريح الزبادي ( ظهور الشرش علي السطح ) ————— ← **ارتفاع** درجة حرارة **التحضين** ، وطول مدة التحضين .







## المشروبات الصحية بديلة للمشروبات غير الصحية

## الموضوع الخامس

### المشروبات الغازية و آثارها السلبية



تحتوي المشروبات الغازية علي : ( السكريات - المحليات الصناعية - حمض الفوسفوريك )

### السكـريات

**تؤدي السكريات الموجودة في المشروبات الغازية الي العديد من المشكلات الصحية منها :**

- زيادة الوزن .
- ارتفاع ضغط الدم .
- رفع مستويات السكر في الدم مما يؤدي الي الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني .
- زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والقولون .

**أذكر السبب ؟** يعتبر شرب المشروبات الغازية الدائت ليس خياراً صحياً ؟

**ج - لأنها تحتوي علي العديد من المحليات الصناعية التي لها العديد من الآثار الضارة علي الجهاز الهضمي .**

### المحليات الصناعية

**تحتوي المشروبات الغازية علي المحليات الصناعية ( بدائل السكر ) والتي تتسبب في :**

- تأثيراً ضاراً علي البكتيريا المفيدة في الجهاز الهضمي مما يحد من قدرة الجسم علي معالجة السكر بفعالية .
- تؤثر علي امتصاص العناصر الغذائية ويجعلها أكثر صعوبة في الامتصاص .
- تؤدي الي **زيادة الشهية** وبالتالي زيادة استهلاك السعرات الحرارية وفي النهاية **زيادة الوزن** .

**حمض الفوسفوريك :** من المكونات الضارة بالمشروبات الغازية ، حيث يعيق عملية امتصاص الجسم **للكالسيوم** الضروري لصحة العظام .

### أضرار وسلبيات المشروبات الغازية

- **تخلو** المشروبات الغازية من الفيتامينات والمعادن والبروتينات والألياف .
- تناول المشروبات الغازية **يقلل من تناول الانسان الأطعمة والمشروبات المفيدة للجسم** .
- الافراط في تناول المشروبات الغازية قد يصيب الانسان بسوء التغذية ( علل ) ؟ **ج - بسبب الافراط في تناول السكر فقط دون الحصول علي ما يكفي من العناصر الغذائية .**

**لاحظ :** استبدال المشروبات الغاية ببدائل صحية مثل ( **المشروبات الصحية** ) يضمن الحصول علي تغذية جيدة وصحة مثالية .







## الوجبات السريعة

## الموضوع السادس

## طعام من الماضي الجميل

عند اعداد وتجهيز الطعام المنزلي في الماضي كان يتم مراعاة :

- توفير الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو (الأطفال، المراهقين، البالغين، المسنين) .
- توفير الاحتياجات الغذائية اللازمة عند ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة .
- أن يكون الطعام ممتع وغني بالنكهات اللذيذة والمكونات الصحية والمغذية .

## من أمثلة تلك الوجبات ( الكبد الاسكندراني ) :

يطهي الكبد مع الفلفل الملون وتعد " الكبد الاسكندراني " من الوجبات اللذيذة للغاية والصحية :

**الفلفل غني** بالفيتامينات A ، E ، K1 ، C ، وحمض الفوليك، والبوتاسيوم.

**الكبد،** تُعدّ مصدرًا غنيًا بالبروتين، والحديد والفيتامين B2 ، والفيتامين B12 ، والفيتامين A

## الطعام في الوقت الحاضر

يفضّل العديد من الشباب في الوقت الحاضر طلب الوجبات السريعة الجاهزة بدلاً من الاستمتاع بوجبات صحية معدّة في المنزل لعدد من الأسباب منها :

- ساهم ظهور سلاسل مطاعم الوجبات السريعة الدولية في المدن المصرية خلال فترة التسعينيات بشكل كبير في زيادة الإقبال على الوجبات السريعة.
- اكتسبت أكشاك ومطاعم الوجبات السريعة المصرية المحليّة شعبية كبيرة من خلال تقديم وجبات سريعة بتكلفة مناسبة .
- **ظروف العمل الصعبة** في المدن الكبرى، تجعل الأمر أكثر ملاءمة للأفراد للبقاء في أماكن عملهم وطلب وجبة سريعة تمدهم بالطاقة اللازمة.





## أضرار الوجبات السريعة

تحتوي الوجبات السريعة على **نسبة عالية من السكر والدهون والكربوهيدرات** و تفتقر الوجبات السريعة إلى الألياف والفيتامينات والمعادن الأساسية **وتناولها بكثرة قد يؤدي الى :**

- تؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية، حيث يتلقى الجسم وفرة من الطاقة من دون أن يحصل على ما يكفيه من العناصر الغذائية " **حيث يعاني أكثر من ٣٥ % من الأطفال وما يقارب من ٤٠ % من البالغين في مصر من زيادة الوزن أو السمنة .**
- مرض **السكري** من النوع الثاني، **ضغط الدم**، وأمراض **الكبد الدهني**، إلى جانب أمراض مثل **فقر الدم** الناتج عن نقص الحديد.
- **تأخر النمو عند الاطفال وسوء التغذية** بسبب الوجبات الغذائية غير الصحية التي تفتقر إلى العناصر الغذائية اللازمة للنمو السليم.



## لاحظ :

**المناظرة :** هي **تبادل الآراء والحجج** ، حيث يقدم أحد الفريقين حججاً لصالح موضوع ما ويقدم الفريق الآخر حججاً ضده ويرد كل فريق حجج الآخر .

**الحجة القوية :** هي الحجة المدعومة بالأدلة **مثل :** الحقائق والبيانات الإحصائية و التجارب الشخصية .



## البدائل الصحية للوجبات السريعة

## الموضوع السابع

### إعداد الأطعمة الصحية واختيارها

**أذكر السبب ؟** علينا تجنب تناول الوجبات السريعة ؟

ج - لأنها تحتوي علي نسبة عالية من الدهون والسكريات والملح و تفتقر للعناصر الغذائية الأساسية والألياف .

## لذلك من المهم :

- **قراءة العبارات المدونة علي العبوات الغذائية** من أجل مقارنة قيمتها بالمعلبات الغذائية الأخرى .
- **تشجيع** استبدال الوجبات السريعة **ببدائل صحية** معدة في المنزل .





## البدائل الصحية للوجبات السريعة

## الوجبات السريعة ❌

**الأطعمة المقلية بالزيت**، وبخاصة الدهون المشبعة غير الصحية .

**الوجبات الخفيفة التي تحتوي علي نسبة عالية من السكر** مثل الحلوى والمعجنات .

**رقائق الذرة والبطاطس** التي تحتوي علي كميات عالية من الملح والدهون .

**الخبز والكعك منخفض الألياف** المصنوع من الدقيق الأبيض .

**الوجبات السريعة** التي تحتوي علي كميات عالية من الملح ، واللحوم منخفضة الجودة ، والخبز الأبيض .

## البديل الصحي لها ✓

**الأطعمة المشوية او المطهوه بالبخار** أو في الفرن بكمية قليلة من الزيت الصحي، مثل زيت الزيتون.

**الوجبات الخفيفة التي تحتوي علي نسبة منخفضة من السكر أو بدون سكر**، مثل الفاكهة مع الزبادي أو الفواكه المجففة أو البسكويت المدعم بالشوفان والحبوب الكاملة .

**الأطعمة قليلة الدسم والملح**، مثل الفيشار أو المكسرات.

**الخبز الذي يحتوي علي دقيق الحبوب الكاملة أو مسحوق الفول السوداني** والبذور التي تزيد من محتوى الألياف والمغذيات

**الأطعمة المعدة في المنزل** ، مثل البرجر قليل الملح، واللحوم الخالية من الدهون أو البقوليات ذات الجودة الأفضل، والخبز المصنوع من الحبوب الكاملة، ومزيج الخضروات، مثل السلطة .

## الوجبات التقليدية

- يمكن أن تصبح الوجبات التقليدية **مشبعة ولذيذة** اذا اضفنا لها الأعشاب والتوابل والبصل والثوم .
- يمكن **رفع القيمة الغذائية لتلك الوجبات** من خلال إضافة الخضروات والحبوب الكاملة ومسحوق الفول السوداني .

## أمثلة علي أشهر الأطباق التقليدية المصرية الصحية :

**الملوخية** : أحد الأطباق ذات القيمة العالية

**الفول المدمس** : مصدر نباتي للبروتين والألياف .

**المحشي** : تشتهر بمنطقة الدلتا في مصر عبارة وهو عبارة عن لف أو حشو الأوراق أو الخضروات بالأرز والطماطم والبصل والبقدونس وغيرها من الأعشاب .

**الويكا ( البامية ) والكشك الصعيدي ( بدقيق القمح )** : تشتهر بهما منطقة الصعيد .

**المندي** : من أشهر الأكلات السيناوية وهو عبارة عن فراخ أو لحم مطهو علي الفحم في براميل مدفونة تحت الأرض .

**الصيدية** : تشتهر به البيئات الساحلية وهو عبارة عن طبق من السمك والأرز .

**لاحظ : أخصائي التغذية** : هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز علي مجال التغذية والحالات الصحية المرتبطة بها ، ويشجع علي تناول الطعام الصحي ، ويساعد علي وضع خطط و وجبات لتحسين الغذاء .







## الترويج للسياحة عبر المسرح

## الموضوع الثامن

## مسرحية صفية



للترويج للسياحة الى مصر يمكن للتلاميذ اعداد مسرحية تتناول أسطورة من أساطير اجدادنا المصريين القدماء مثل ( **أسطورة إله الشمس رع** )

**لإعداد مسرحية صفية ، علينا إتباع مجموعة من الخطوات كالتالي :**

1 - تأليف سيناريو " بلورة الأفكار وكتابة السيناريو " : علي أن يكون من **مشهد أو اثنين** ، حيث يتعاون التلاميذ في كتابة السيناريو يشكل يتناول **حبكة** المسرحية المراد تقديمها للجمهور .

2 - تصميم الأزياء والمواقع والعناصر الداعمة :

- يمكن استخدام قصاصات **الورق وقصاصات النسيج** الملونة لصنع أزياء مسرحية بسيط .
- يمكن بناء الديكور بالاستعانة **بشرائح الكرتون أو الورق** .

3 - تعيين الأدوار وعمل بروفات للتدريب المشاهد :

- يشارك الجميع في اعداد السيناريو والازياء والعناصر الداعمة .
- يتم اختيار تلاميذ للقيام بأدوار " **المخرج المسرحي وفني الإضاءة ومدير المسرح وممثلين** "

4 - أداء المشاهد للجمهور

**لاحظ : عند اعداد السيناريو وكتابة المسرحية يجب مراعاة بعض العناصر مثل :**

- **المشهد** : هو جزء من المسرحية ككل .
- **الحبكة** : هي سلسلة من الاحداث المترابطة
- **الإعداد** : هو الإطاران المكاني والزمني اللذان التي تحدث فيهما المسرحية .
- **العناصر الداعمة** : الإضاءة والموسيقى .
- **الأزياء** : الملابس التي يرتديها الشخصيات .



## اعتبارات السلامة علي المسرح

- عدم وجود أسلاك إضاءة أو ميكروفون علي الأرض لتجنب التعثر .
- إتقان تركيب الجدران والأبواب والنوافذ والديكورات .
- عدم سطوع إضاءة المسرح في عيون الحضور .
- عدم لمس معدات الإضاءة إلا من قبل الفني المختص .
- مراعاة كيفية تحرك الممثلين علي المسرح تجنباً لأن يصطدموا ببعضهم عن طريق الخطأ .

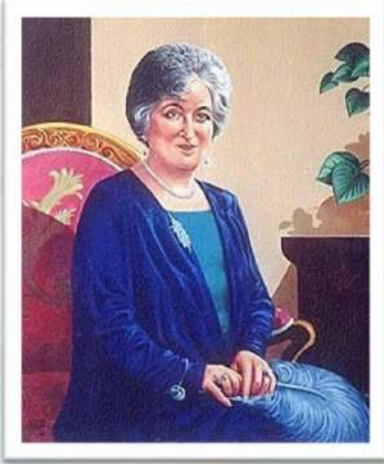






## شخصيات مصرية " صفية زغلول "

## الموضوع التاسع



## السيدة صفية زغلول (١٨٧٨-١٩٤٦).

- هي **صفية مصطفى فهمي ابنة مصطفى فهمي** باشا من أوائل رؤساء وزراء مصر منذ أن عرفت مصر نظام الوزارة.
- في العام ١٨٩٦، تزوجت من القاضي المصري **سعد زغلول باشا**، ويرجع سبب تسميتها بصفية زغلول إلى ذلك.
- كان للسيدة صفية وزوجها حلم مشترك في تحرير مصر من الاحتلال البريطاني، وكانت مخلصه لزوجها وشجاعة في دعمها له.
- **ركزت على حقوق المرأة** في وقت كانت حقوق المرأة المصرية فيه قليلة وكان تدخلها نادرًا. فقد شاركت النساء في الثورة ضد الاحتلال البريطاني **بشكل سلمي** وتدرجت أعمالهن من توقيع العرائض إلى إطلاق حملات المقاطعة، لذلك أصبحت ثورة مارس ١٩١٩، ثورة محورية في **إعادة تشكيل مستقبل كل من مصر والنساء** المصريات.
- قادت السيدة صفية زغلول المتظاهرين، وهم نساء مصريات من كافة الخلفيات الاجتماعية والاقتصادية، **في ثورة ١٩١٩** لتحرير مصر من الاحتلال البريطاني وحققت الثورة أهدافها، ففي العام ١٩٢٢، استعاد المصريون حقهم في تقرير مصيرهم. وفي العام ١٩٢٣، تمت صياغة دستور جديد. بالإضافة إلى ذلك، اكتسبت النساء المصريات حقوقًا أكثر وأصبحت تشارك في كل مجال من مجالات المجتمع.
- لقب المصريون السيدة صفية زغلول بـ **«أم المصريين»** تعبيرًا عن حبهم لها واحترامها لمشاركتها في تصميم مصر على نيل استقلالها من الاحتلال البريطاني وعلى تعزيز حقوق المرأة.
- كتب العديد من المقالات حول شجاعته، كما **سُميت بعض الشوارع** في القاهرة والإسكندرية على اسمها.

## وفاتها :

- **توفيت عام ١٩٤٦**، و دفنت إلى جانب زوجها الذي توفي عام ١٩٢٧ في حي السيدة زينب في شارع سعد زغلول في القاهرة.
- في العام ١٩٥٢، حوّل منزل آل زغلول المعروف بـ **منزل الأمة** إلى متحف. ويعكس المنزل شخصية السيدة صفية زغلول، فهي **ذكية ومتعلمة ومثقفة**. ونظرًا لكونها **تجيد الفرنسية** وتحب القراءة، كانت تحتوي مكتبتها الخاصة على مجموعة من الكتب واللوحات الفنية لمختلف الفنانين في ذلك العصر.







## المستكشف النشط السيدة / "روزم مورتون"

## الموضوع العاشر

### السيدة / روزم مورتون



- **ممرضة** تعمل بقسم الجراحة في أحد المستشفيات بالولايات المتحدة الأمريكية وهي أيضًا **مستكشفة في ناشيونال جيوغرافيك**.
- قامت بتصوير حياتها كممرضة خلال فترة تفشي جائحة كورونا (**كوفيد-١٩**).
- وثقت الصور التي التقطتها خلال الجائحة، إجراءات السلامة المتبعة ومعدات الوقاية الشخصية التي كان العاملون في مجال الرعاية الصحية يستخدمونها لمنع انتشار الفيروس.
- وقد تمكنت هي وزملاءها من خلال ارتداء **الكمامات الواقية والنظارات الواقية**، والقفازات من الحد بشكل أفضل من انتشار الوباء. ويتم اتباع هذه الإجراءات الاحترازية في المستشفيات بصفة عامة.
- بصفة السيدة مورتون ممرضة في **قسم الجراحة**، فإنها تختص برعاية المرضى الذين يعانون من إصابات أو حالات مرضية تتطلب **تدخلًا جراحيًا**، وتتأكد من توفر كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة.

### نصائح السيدة مورتون للشباب

تقدم السيدة مورتون نصائح قيّمة للشباب لمساعدتهم على اتباع نمط حياة سليم وصحي **عن طريق** :

- التأكيد على أهمية اختيار الأطعمة المغذية .
- إعطاء الأولوية للحصول على قسط كافٍ من النوم.
- ممارسة الرياضة بانتظام .
- البقاء على تواصل مع أفراد الأسرة والأصدقاء.

ومع أنّ هذه الأمور قد تبدو كممارسات بسيطة يسهل اتباعها، فإنّه غالبًا ما يتم **تجاهلها** عند الانشغال بالدراسة أو العمل أو السفر، أو المرور **بمواقف عصبية**.





## مهنة التمريض

- يحرص الممرضون في المقام الأول على تقديم الرعاية إلى الأشخاص الذين يحتاجون إلى ذلك، وبالتالي فهم **يؤدون عملاً قيماً ويقدمون إسهامات عظيمة للمجتمع**. ويحظى العاملون في مجال التمريض، **بتقدير كبير لجهودهم في رعاية المرضى**.
- يتلقى العاملون في مجال التمريض **تدريباً** لكي يتمكنوا من تقديم الإسعافات الأولية للأفراد الذين يعانون من حالات طبية طارئة من بينها **النوبات القلبية، والسكتات الدماغية، والكسور، والآلام المبرحة، والجروح الخطيرة**.

يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة؛ فمثلاً:

### ممرضو غرف الطوارئ:

- ✓ يتولوا رعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية أو عناية فورية بسبب التعرض لإصابة أو حالة مرضية.
- ✓ يعملون الأطباء علي تحديد ما إذا كان يمكن علاج المشكلة سريعاً أم أنها تتطلب مزيداً من العناية المركزة.

### ممرضو قسم الجراحة:

- يقوموا برعاية المرضى الذين يعانون من إصابات أو حالات مرضية تتطلب تدخلاً جراحياً.
- يتأكدوا من توفر كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة.
- العمل كمرض مساعد لجراح يتطلب تجهيز المعدات والأدوات أثناء الجراحة وإعطائها الي الجراحين خلال إجراء الجراحة.

### الإسعافات الأولية لحالات الاختناق

- إذا كان الشخص يستطيع التنفس فشجعه علي السعال.
- إذا كان الشخص لا يستطيع السعال ، قم بإمالة الي الامام ووجه اليه ضربات قوفية بين لحي كتفه.
- إذا كان الشخص لا يتمكن من التكلم أو التنفس ، فقم بإجراء ضغطات البطن .

### خطوات اسعاف شخص مصاب بالاختناق



- 1 - الوقوف خلف الشخص المختنق ووع اليدين حول خصره ، ثم رفع المسعف بأحدي يديه
- 2 - يقبض الشخص المسعف
- 3 - وضع المسعف يده المقبوضة أعلي سرة المختنق وإمساعها باليد الأخرى بإحكام .
- 3 - ضغط المسعف بقوة علي بطن المختنق بحركة سرعة الي الأعلى وتكرار الضغط أكثر من مرة إذا لزم الأمر .







## تطوير مهارات الأعمال

## الموضوع الأول



- نجاح الموظف أو فشله في الأسواق العالمية والمحلية اليوم متعلق إلى حد كبير باكتسابه مهارات مختلفة ومتنوعة - " علل " ؟

ج - لأن هذه المهارات ضرورية في تحقيق الأداء الفعال للمجتمعات ككل

- امتلاك مجموعة متنوعة من المهارات الفنية Hard Skills والمهارات الشخصية Soft Skills أمر بالغ الأهمية ويمكن للأفراد ممارسة هذه الكفاءات المهنية وتطويرها بسهولة من خلال التجارب التعليمية والعملية .

## المهارات الفنية Hard Skills

يزود التدريب المهني المتخصص الأفراد بالمهارات الفنية لقطاعات الأعمال. وتشمل هذه المهارات :

- التدريب الأكاديمي في مجالات مختلفة مثل : الصناعة والزراعة والأزياء والفنون.
- مجموعة من المعارف، بما فيها فهم مبادئ الهندسة والتصنيع في المهن الصناعية، وإتقان تقنيات حياكة الملابس في تصميم الأزياء.
- تحديد النباتات المناسبة في تصميم وتنسيق الحدائق.

لاحظ : من الضروري اكتساب المعارف الابتدائية أولاً ، ثم مواصلة التعلم مدى الحياة؛ والاطلاع على آخر المستجدات في مجال العمل .

## المهارات الشخصية Soft Skills

✓ هي المهارات غير الفنية الضرورية لإنجاز المهام في بيئة عمل احترافية.

يمكن اكتساب بعض هذه المهارات من خلال : التعلم الأكاديمي بينما يتطلب بعضها الآخر انخراط الفرد في مكان العمل.

تشمل المهارات الشخصية : التفكير التحليلي والإبداعي والمرونة والقدرة على التكيف - و التحفيز والوعي الذاتي .





## اكتساب المهارات في مكان العمل

### 1 - تطوير المهارات الشخصية خلال مرحلة الدراسة :

- **يجب** البدء في تطوير المهارات الشخصية مبكراً، أي خلال المراحل الدراسية يكون الطالب منظماً ودقيقاً ومستمعاً جيداً.
- **يجب** أن يكون قادراً على إنجاز المهام المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد.

### 2 - تطوير المهارات الشخصية خارج حدود المدرسة :

يمكن للطلاب المشاركة في عدد من التجارب للاطلاع على بعض المهارات، وبالتالي التعرف عليها واكتسابها. **فعلى سبيل المثال**، يمكن للطلاب استئذان أحد أقاربه وزيارته في مكان عمله، على أن يعد قائمة بجميع المهارات الشخصية التي يتوقع مصادفتها خلال زيارته، ومن ثم إضافة المهارات الإضافية التي صادفها ولم ترد في قائمته.

### 3 - التقدم الي عمل أو وظيفة لفترة محددة :

التقدم إلى فرص التدرج أو الوظائف للعمل لفترة محددة من الوقت. وذلك عندما يكون الطالب أكبر سنًا، فهي تُعد فرصة لاكتساب الخبرات القيّمة، لاسيما للطلاب عند دخوله سوق العمل الفعلي لاحقاً حيث تساعد علي :

- **اكتسابه الخبرات القيّمة** ، و تتيح له استكشاف ما إذا كانت وظيفة معينة تتماشى مع تطلعاته المهنية.
- تطور لديه **شبكة من العلاقات المهنية** التي سيجدها مفيدة عند انخراطه فعلياً في سوق العمل.

### 4 - العمل التطوعي :

- يُعد **فرصة** لاكتساب مهارات وخبرات قيمة، وتحقيقاً للمواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع .
- يساهم في **تكوين علاقات اجتماعية**، وذلك من خلال عمله مع الآخرين. هذه العلاقات تقوده إلى تطوير ذاته وتعلم مهارات جديدة.







## فن تنسيق الأزهار

## الموضوع الثاني

### فن تنسيق الأزهار

يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون العريقة القديمة التي تعتمد على شخصية المنسق وذوقه وبراعته لذلك يجب علي منسق الأزهار مراعاة :

#### الأواني

يجب اختبار أواني مناسبة عند تنسيق الأزهار والتي تتعدد خاماتها من :

**الكريستال أو الخشب أو الخزف أو الزجاج**

#### مواصفات الأزهار

يجب أن تكون سيقانها متماسكة ولها أعناق طويلة تخزن بها كمية من الغذاء، وهذا يساعد على طول عمر الأزهار بعد قطفها .

#### حفظ الأزهار بعد قطفها

بعد أن اخترت الأزهار التي ستستخدمها في التنسيق يجب مراعاة ما يلي:

1- يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار **علل** ؟ لأن الأوراق تكون سريعة التعفن

2- يُقطع ساق الزهرة قطعًا مائلًا قبل وضعها في الزهرية .

3- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ماء بارد لمدة ساعة .

4- يمكننا إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية - **علل** ؟ ج - **لد الأزهار بالطاقة** .... وإضافة قرص من الأسبرين - **علل** ؟ ج - **لحفظ الأزهار** .

5- يُراعى عدم وضع الأزهار في أماكن معرضة للتيارات الهوائية، أو أشعة الشمس المباشرة، وخفض شدة الإضاءة المعرضة لها .

#### طرق تنسيق الأزهار

**يراعى عند تنسيق الأزهار** : أن يكون هناك تناسق وتوافق بين لون وشكل وحجم الإناء وشكل الأزهار؛ وتناسب بين حجم التنسيق والمكان الذي سيوضع به؛ وتتعدد طرق التنسيق، والتي منها :

1 - **التنسيق المتناظر " المتماثل "** : حيث يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان متشابهين في ألوان الأزهار .

2 - **لتنسيق غير المتناظر " غير المتماثل "** : حيث يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان غير متشابهين في ألوان الأزهار .

3 - **التنسيق الرأسي** : يستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة، حيث توضع الأزهار بشكل متدرج في الطول .







## فن التطريز وإعادة تدوير الملابس

## الموضوع الثالث

## إعادة تدوير الملابس القديمة

إنتاج ملابس جديدة ينتج عنه العديد من المشكلات منها :

العديد من الأضرار البيئية

استهلاك كميات كبيرة من الطاقة

لذلك يجب علينا الاهتمام بإعادة تدوير الملابس القديمة بالاستعانة بفن التطريز لتواكب الموضة ، لأن ذلك يساهم بشكل كبير في توفير الطاقة .

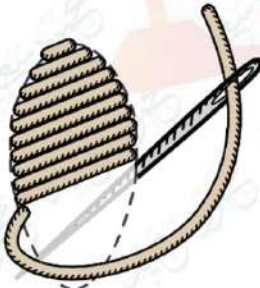
## فن التطريز



- يعود تاريخ فن التطريز الى المصريين القدماء ، حيث تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة توت عنخ آمون .
- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب لصنع القطع المهمة .
- يمكننا أن نستوحي تصميمات التطريز من اللوحات الجدارية المعاصرة والاعمال الحرفية الجذابة أو من خلال مطالعة المجلات والبحث عبر شبكة الانترنت .

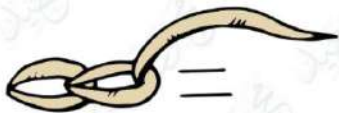
لاحظ : أفضل تصاميم التطريز هي تلك المستوحاة من الطبيعة كالأزهار مثل زهرة اللوتس وأوراق الأشجار .

## خطوات إعادة تدوير الملابس باستخدام التطريز



- تحديد مساحة المنطقة المراد تطريزها .
- رسم تصميمات علي الورق حتي يتم تحديد التصميم المناسب .
- استخدام ألوان الخيوط المتوفرة ، ثم نستخدم غرز التطريز المختلفة لإضافة تنوع علي التطريز .

## أنواع غرز التطريز :



غرز السراجة - الفرع - البطانية - الحشو - السلسلة .







## صنع الفانوس

## الموضوع الرابع

استخدمت الفوانيس الأولى للاحتفال بحلول شهر رمضان ، حيث كان يتم تزيين الشوارع والبيوت بالفوانيس الملونة أو التقليدية احتفالاً بالشهر الكريم .



## خطوات صناعة الفانوس

## التخطيط

- يتم اختيار الخامات التي يتم صنع الفانوس منها خلال هذه الخطوة مثل :  
الخشب لسهولة التعامل معه والقماش ليتيح تزيين الفانوس بالتطريز .
- يمكن الاستعانة بشبكة الانترنت لتحديد تصميم يدوي مناسب للفانوس .
- علينا في هذه الخطوة جمع الأدوات والمواد التي سيتم الاستعانة بها مثل المنشار و المثقاب ومسدس الشمع وفرشاه الطلاء وقطع الخشب البسيطة و ورق الصنفرة و القماش للتزيين .

## تنفيذ الفانوس

- التحقق من أن كل أداة تعمل بشكل صحيح .
- ارتداء النظارات الواقية لحماية العينين .
- صنفرة الفانوس وطلاؤه وانتظاره يجف .
- استخدام الأداة المناسبة لكل عمل .
- تقطيع الخشب وتجميع أجزاء الفانوس بغراء .
- تنظيف الأدوات ووضعها جانباً .

## التزيين والتطريز

- يمكن تزيين الفانوس بالعديد من الاشكال الهندسية أو التزيين باستخدام الرسومات القديمة للطيور والأزهار .
- يمكن إضافة قصاصات في التصميم للسماح بمزيد من الضوء بالمرور وتجميل الفانوس .
- يمكن الاستعانة بورق الكلك أو الشفاف حول الفانوس لقياس حجمه ثم نرسم التصميم علي الورقة بحجم مئة في المئة من الورقة ثم ننسخ التصميم علي القماش .
- يتم اختيار الغرز التطريزية للتزيين فمثلاً : استخدام غرزة الفرع لتحديد التصميم و غرزة الحشو لملء الفراغات .
- للشكل الجمالي النهائي يمكن وضع ضوء يعمل بالبطارية وتغليف الفانوس بالقماش المطرز وتثبيته علي الفانوس بمسدس شمع .







## الترويج لابتكاراتك

## الموضوع الخامس

تهتم بعض الجمعيات الخيرية بإعادة تدوير الملابس وتستعين ببعض العلامات التجارية للترويج لعملها الخيري ، ولتنال ثقة واستحسان العملاء .

## عوامل جذب العملاء لشراء المنتجات

## الشعار الجذاب :

تصميم شعار جذاب يؤدي دورًا محوريًا في تفرد منتجًا عن غيره من المنتجات **مثال** : الاستعانة بزهرة اللوتس التي ترمز للعطاء والتي تناسب أن تكون شعارًا لعمل خيري .

## تصميم أماكن عرض المنتجات :

ترتيب البضائع بشكل فعال يساعد علي استغلال مساحة العرض بشكل أفضل وإبراز جمال البضائع عن طريق :

- 1- تحديد حجم مكان العرض المراد تصميمه لتخطيط كمية المنتجات المراد عرضها .
- 2- استخدام الرفوف أو الدعائم - **علل ؟ لإضافة مساحة إلي العرض بشكل عمود أعلي مكان العرض**
- 3- استخدام لافتات أو شاشات عرض أو غطاء طاولة طويل **علل ؟ لإخفاء الفوضى والمعدات .**
- 4- التدريب علي كيفية عرض المنتجات وتلقي الملاحظات والمقترحات من العملاء .

## الترحيب بالعملاء

أماكن العرض التي يُرحب مروجوها بالعملاء بطريقة ودية تحظى بإقبال كبير من العملاء داخل المعرض .

## طرق جذب العملاء

يمكن جذب العملاء عن طريق تصميم دعوات تظهر مهارة الصانع وتصاميمه المختلفة للفت نظر العملاء وجعلهم يطرحون الأسئلة .

## البقاء علي تواصل

يجب الاهتمام بعمل ملصقات ترويجية للعمل عن طريق : رسم العلامة التجارية والشعار ومواعيد المعارض التي سيتم تقديمها .



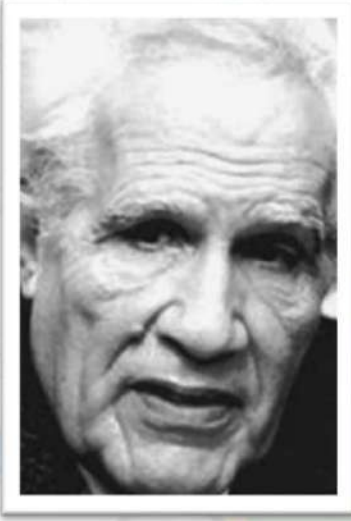




## شخصيات مصرية مؤثرة

## الموضوع السادس

## الدكتور / أحمد مستجير



- ولد عام 1934 في قرية الصلاحات بمركز بني عبید في **محافظة الدقهلية**.
- تدرج في التعليم حتى حصل على **البكالوريوس من كلية الزراعة** جامعة القاهرة، وعمل مهندساً زراعياً لمدة قصيرة في الإصلاح الزراعي بعزبة الفؤادية قرب قريته "**الصلاحات**".
- في أواخر سبتمبر ١٩٦٠ حصل على منحة من المركز القومي للبحوث للحصول على درجة الدكتوراه من **جامعة دنبرة في بريطانيا**، وفي 14 نوفمبر عام ١٩٦٣ حصل على درجة **الدكتوراه**؛ ثم عاد إلى القاهرة ليعمل مدرساً في كلية الزراعة جامعة القاهرة، وتدرج في الدرجات العلمية حتى حصل على الأستاذية، وأصبح **عميداً للكلية** من عام 1986 إلى عام 1995.
- ساهم الدكتور أحمد مستجير في أكثر من ميدان علمي وأدبي وإنساني حيث حشد جهوده في استنباط أنواع جديدة من المحاصيل، وكذلك في مجال الإنتاج الحيواني؛ **فأسس مركز علوم الوراثة** وأصبح رائد علم الهندسة الوراثية في مصر والعالم العربي.
- كما كان عضواً في ١٢ هيئة وجمعية علمية وثقافية؛ ومنها: مجمع الخالدين، والجمعية المصرية لعلوم الإنتاج الحيواني، والجمعية المصرية للعلوم الوراثية، واتحاد الكتاب، ولجنة المعجم العربي الزراعي، ومجمع اللغة العربية في القاهرة.

## أبرز إنجازاته

- مشروع "**زراعة الفقراء**"، الذي بدأ العمل فيه عام ١٩٨٩ بمساعدة عدد كبير من المتخصصين في مجال الزراعة، لاستنباط سلالات من القمح والأرز تتحمل درجات عالية من الملوحة والجفاف بهدف الاستفادة منها في زراعة الصحراء في الدول النامية.
- له العديد من **المؤلفات والمترجمات في مجال الزراعة**، فمن مؤلفاته " مقدمة في علم تربية الحيوان " ، " التحسين الوراثي لحيوانات المزرعة " ، " النواحي التطبيقية في تحسين الحيوان والدواجن " ، والكتب المترجمة في العلوم والفلسفة، ومنها: " التطور الحضاري للإنسان " ، " ارتقاء الإنسان " ، " الربيع الصامت " ، " الانقراض الكبير " وغيرها.
- له أيضاً العديد من الإسهامات في الكتابات الأدبية وعروض الشعر، مثل : الأدلة الرقمية لبحور الشعر العربي وغيرها.
- **حصل الدكتور أحمد مستجير على العديد من الجوائز**؛ على سبيل المثال لا الحصر **مثل** : جائزة الدولة التقديرية للعلوم والزراعة، وسام العلوم والفنون من الطبقة الأولى، جائزة مبارك في العلوم والتكنولوجيا المتقدمة وغيرها من الجوائز.







## المستكشف النشط "ريبيكا هوي"

## الموضوع السابع

## السيدة / ريبيكا هوي



- **رائدة أعمال** ومستكشفة لدي ناشيونال جيوغرافيك .
- حاصلة علي درجة البكالوريوس في إدارة الأعمال والدراسات الحضرية .
- حائزة علي درجة الماجستير في **تخطيط المدن** .

**رائد الأعمال :** هو الشخص الذي يحدد فرصة تجارية ويقوم بتأسيس مشروع تجاري يقدم من خلاله منتجاً أو خدمة معينة لتلبية حاجات السوق .

### دعم السيدة / هوي للفنانون المبدعون

- السيدة هوي كانت لديها فكرة مبتكرة استطاعت أن تحولها إلى مشروع تجاري. وتتمثل فكرتها في **مساعدة الفنانين في المجتمعات حول العالم** على تسويق تصاميمهم والحصول على عائد مادي مستدام .

### موقع الكتروني لتسويق الاعمال الفنية

- لاحظت أن العديد من الفنانين الموهوبين والمبدعين في القرى الريفية **يغادرون للبحث عن عمل في المدن**. ويتمتع هؤلاء الفنانون بتراث ثقافي ينبع من بيئتهم وتاريخهم وهويتهم. لذلك، بدأت تفكر في طريقة تمكن الفنانين من البقاء في مجتمعاتهم الريفية، ومواصلة تقديم إبداعاتهم الفنية، والوصول إلى عدد كاف من العملاء لكي يحققوا دخلاً جيداً .

- **الحل مبتكر للسيدة هوي هو** استخدام شبكة الإنترنت لتسويق

الأعمال الفنية، وأنشأت موقعاً إلكترونياً يتيح للفنانين عرض تصاميمهم بعيداً عن أيّ ضرر. ويمكن للمصممين حول العالم أن يدفعوا مقابل الاطلاع على تصاميم الفنانين والتواصل معهم من أجل التعاون سوياً.

- **يتقاضى** الفنانون مقابلاً مالياً عند حصول الشركات على تراخيص لاستخدام التصاميم على منتجات **مثل** الملابس والأدوات المكتبية. فبمجرد رفع تصاميمهم إلى الموقع الإلكتروني، يصبح في إمكان الشركات من كافة أنحاء العالم الوصول إليها بشكل عادل .





## دور السيدة هوي في جذب الشركات لأعمال المصممين

- من الضروري أن تعلم الشركات بوجود هذا الموقع الإلكتروني وتقوم بزيارته باستمرار للاطلاع على التصاميم الجديدة.
- لذلك لعبت السيدة هوي دورًا كبيرًا في جذب الشركات للموقع الإلكتروني ، وترجمة القيمة الثقافية لعمل المصممين .
- تعمل شركة السيدة هوي كمنصة تسهل عملية العثور علي تصاميم فنية .

## رأس المال : يتمثل في الأموال أو المعدات التي يحتاجها رواد الاعمال عند البدء في تأسيس مشروع تجاري صغير .

- يمكن أن يتوفر " رأس المال " من خلال توفير مبلغ من المال تم أدخاره أو قرض يجب سداه فيما بعد .

## دعم السيدة / هوي للفنانين

- تُعتبر أجهزة الكمبيوتر وأجهزة الماسح الضوئي بمثابة رأس المال للفنانين لذلك توفر شركة السيّد هوي جهاز كمبيوتر وماسحاً ضوئياً للفنانين المتواجدين في قرية ما، بحيث يتشاركون جميعاً استخدام المعدات.
- عندما تدفع إحدى الشركات العالمية مبلغاً مالياً للحصول على ترخيص لاستخدام أحد تصاميمهم المعروضة عبر الموقع الإلكتروني، تنشئ شركة السيّد هوي دفعات مشاركة الأرباح للمجتمع، ويستخدم الفنانون المال للتعليم وللاحتياجات المنزلية وللضروريات الأخرى للأسرة.
- تقدر السيّد هوي أن الدخل الذي يحققه الفنانون في الوقت الحالي يعادل 25 % أكثر مما كانوا يكسبونه في السابق. وحتى الآن، يوجد على موقعها الإلكتروني أكثر من 10 آلاف تصميم لفنانين من 31 مجتمعاً محلياً من حول العالم .





## بنك أسئلة التميز الفصل الدراسي الثاني

### أختار الإجابة الصحيحة

### السؤال الأول

١. تعتبر حروق ..... الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد .
  - أ. الدرجة الأولى
  - ب. الدرجة الثانية
  - ج. الدرجة الثالثة
٢. تعد خطوة ..... هي أولى خطوات صناعة اللبن الزبادي .
  - أ. التبريد
  - ب. التحضين
  - ج. التسخين
٣. فن ..... يساهم بشكل كبير في إعادة تدوير الملابس .
  - أ. التطريز
  - ب. الفسيفساء
  - ج. البالية
٤. إضافة ..... لماء الزهرية يحفظ الأزهار بعد قطفها .
  - أ. الألوان
  - ب. العطور
  - ج. الأسبرين
٥. أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا ..... مئوية .
  - أ. 40
  - ب. 60
  - ج. 90
٦. تعتبر المربي مصدرًا .....
  - أ. الفيتامينات
  - ب. الأملاح المعدنية
  - ج. أ ، ب معًا
٧. يعوق ..... عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام .
  - أ. السكريات
  - ب. حمض الفوسفريك
  - ج. المحليات الصناعية
٨. أي مما يلي لا يُعد من الحالات الطبية الطارئة .....
  - أ. النوبات القلبية
  - ب. السكتات الدماغية
  - ج. الجروح السطحية
٩. ..... يستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة ، وتوضع الأزهار بشكل متدرج في الطول .
  - أ. التنسيق المتناظر
  - ب. التنسيق غير المتناظر
  - ج. التنسيق الرأسي
١٠. أي مما يلي يعد من أنواع غرز التطريز .....
  - أ. السراجة
  - ب. البطانية
  - ج. أ ، ب معًا
١١. المشروبات ..... لا تحتوي على الفيتامينات والمعادن والبروتينات .
  - أ. الطبيعية
  - ب. الصحية
  - ج. الغازية





- ١٢ في حالة الاختناق اذا كان الشخص لا يتمكن من التكلم او التنفس يجب اجراء .....
- أ ضغوطات البطن ب تنفس صناعي ج صدمات كهربية د
- ١٣ الإفراط في تناول المشروبات الغازية يرفع مستويات ..... في الدم .
- أ البروتينات ب السكر ج الالياف د
- ١٤ السيدة / روزم مورتون تعمل في قسم ..... لدعم الفريق الجراحي .
- أ الجراحة ب الطوارئ ج العيادات الخارجية د
- ١٥ يرجع تاريخ فن التطريز الي الحضارة .....
- أ المصرية القديمة ب اليونانية ج الرومانية د
- ١٦ تم اكتشاف أول عمل تطريز داخل مقبرة .....
- أ رمسيس الثاني ب تحتمس الثالث ج توت عنخ آمون د
- ١٧ يتميز ..... بأنه غني بفيتامينات E ، C ، K1 .
- أ الفلفل ب الكبد ج الخيار د
- ١٨ قادت السيدة / ..... المظاهرات خلال ثورة عام 1919 .
- أ سميحة أيوب ب صفية زغول ج روزم مورتون د
- ١٩ ..... يتم بوضع أطول أفرع الازهار في المنتصف ويكون الجانبان غير متشابهان في ألوان الأزهار .
- أ التنسيق المتناظر ب التنسيق غير المتناظر ج التنسيق الرأسي د
- ٢٠ أي مما يلي لا يعد من أضرار الوجبات السريعة .
- أ زيادة الحديد في الدم ب سوء التغذية ج زيادة الوزن د
- ٢١ لبناء الديكور المسرحي من الممكن الاستعانة بـ .....
- أ الورق ب شرائح الكرتون ج أ ، ب معًا د
- ٢٢ لحماية السباكون من الابخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء .....
- أ احذية السلامة ب الخوذات الواقية ج أقنعة الحماية د
- ٢٣ يمكن صناعة المربي من .....
- أ ثمار الفاكهة ب بعض أنواع الخضروات ج أ ، ب معًا د
- ٢٤ يمكننا وضع ..... لعلاج الحروق البسيطة .
- أ مرهم للحروق ب مواد ملتهبة ج مزيل عرق د





- ٢٥ كل ما يلي من مكونات الوجبات السريعة ماعدا .....  
 (أ) الألياف (ب) السكر (ج) الدهون (د) الملوخية
- ٢٦ يَعدُ ..... مصدر نباتي هام للبروتين والالياف .  
 (أ) البطاطس المقلية (ب) الفول المدمس (ج) الملوخية (د) الوجبات السريعة
- ٢٧ يفضل استبدال الاطعمة المقلية بـ .....  
 (أ) الأطعمة المشوية (ب) الأطعمة الدهنية (ج) الوجبات السريعة (د) الكشك والويكا
- ٢٨ من أشهر الأطباق التقليدية في صعيد مصر .....  
 (أ) الصيادية (ب) المحشي (ج) الكشك والويكا (د) الخضروات
- ٢٩ يمكننا رفع القيمة الغذائية للوجبات التقليدية عن طريق إضافة .....  
 (أ) الخضروات (ب) الحبوب الكاملة (ج) أ، ب معًا (د) الوجبات الغذائية غير الصحية قد تسبب .....
- ٣٠ تأخر النمو عند الأطفال (أ) فقر الدم (ب) أ، ب معًا (ج) المندي أحدي الاطباق التقليدية التي يشتهر بها سكان .....  
 (أ) الدلتا (ب) سيناء (ج) الصعيد (د) من أسباب انتشار الوجبات السريعة في مصر .....
- ٣١ انتشار اكشاك الوجبات (أ) ظروف العمل الصعبة في المدن (ب) أ، ب معًا (ج) تشتهر البيئات الساحلية بأطباق الـ .....  
 (أ) محشي (ب) صيادية (ج) مندي (د) هي الحجج المدعومة بالأدلة والحقائق .
- ٣٢ الحجج الضعيفة (أ) الحجج الكاذبة (ب) الحجج القوية (ج) لصنع أزياء مسرحية بسيطة يمكننا استخدام .....  
 (أ) الورق (ب) قصاصات النسيج (ج) أ، ب معًا (د) استبدال المشروبات الغازية بالمشروبات الصحية يؤدي الي .....
- ٣٣ سوء التغذية (أ) صحة مثالية (ب) الإصابة بالأمراض (ج) كانت السيدة صفية زغلول من تُجيد اللغة .....  
 (أ) الألمانية (ب) الروسية (ج) الفرنسية (د)





..... من مكونات المشروبات الغازية التي قد تسبب خطر الإصابة بمرض السرطان .

٣٨ أ السكريات ب المحليات الصناعية ج حمض الفوسفريك

٣٩ لقب المصريون السيدة صفية زغلول بلقب .....

أ أم الثورة ب أم الشهداء ج أم المصريين

٤٠ تناول المشروبات الغازية بشكل متكرر قد يؤدي الي زيادة .....

أ الوزن ب خطر الإصابة بأمراض القلب ج أ، ب معًا

٤١ كان للسيدة / روزم مورتون دورًا كبيرًا لتوعية الشباب بكل مما يلي ماعدا .....

أ ممارسة الرياضة ب تناول الوجبات السريعة ج اتباع نمط صحي سليم

٤٢ أي مما يلي لا يعد من مكونات المشروبات الغازية .....

أ حمض الكبريتيك ب السكريات ج حمض الفوسفريك

٤٣ رعاية الأشخاص الذين يحتاجون الي إسعافات أولية أو عناية فورية من مهام .....

أ ممرضو غرف الطوارئ ب ممرضو الجراحة ج ممرضو الاسنان

٤٤ تحتوي رقائق الذرة والبطاطس علي كميات عالية من .....

أ البروتينات ب الاملاح ج الفيتامينات

٤٥ عُرف منزل آل زغلول بمنزل .....

أ مصر ب الأمة ج الزعيم

٤٦ من أمثلة الاطباق التقليدية المصرية .....

أ البرجر ب الملوخية ج البطاطس المقلية

٤٧ أسرع أجزاء الزهرة المقطوفة في التعفن هو الأوراق الموجودة في الجزء السفلي من .....

أ الجذور ب الأوراق ج الساق

٤٨ ..... يتم بوضع أطول أفرع الازهار في المنتصف ويكون الجانبان متشابهان في ألوان الأزهار .

أ التنسيق المتناظر ب التنسيق غير المتناظر ج التنسيق الرأسي

٤٩ ..... هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز في مجال التغذية .

أ الاختصاصي النفسي ب الاختصاصي الاجتماعي ج اختصاصي التغذية

٥٠ أي مما يلي يعد من العناصر الداعمة للمسرحية .....

أ الإضاءة ب الموسيقى ج أ، ب معًا





- ٥١ السيدة صفية زغلول هي ابنة رئيس الوزراء المصري الراحل .....  
 (أ) سعد زغلول (ب) مصطفى فهمي (ج) مصطفى كامل (د) .....
- ٥٢ تعمل السيدة / روزم مورتون بمهنة .....  
 (أ) التمريض (ب) الآثار (ج) التنقيب (د) .....
- ٥٣ في حالة الاختناق اذا كان الشخص يستطيع التنفس علينا تشجيعه علي .....  
 (أ) السعال (ب) القيء (ج) النوم (د) .....
- ٥٤ أي مما يلي لا يعد من المخاطر الصحية للمشروبات الغازية .....  
 (أ) زيادة الوزن (ب) بناء العضلات (ج) الإصابة بمرض السكري (د) .....
- ٥٥ من مخاطر المشروبات الغازية الإصابة بمرض السكري من النوع .....  
 (أ) الثاني (ب) الثالث (ج) الرابع (د) .....
- ٥٦ المشروبات الغازية لها العديد من الآثار السلبية علي الجهاز .....  
 (أ) التنفسي (ب) الدوري (ج) الهضمي (د) .....
- ٥٧ ..... هي تبادل الآراء والحجج .  
 (أ) المحاضرة (ب) المناظرة (ج) الترشق (د) .....
- ٥٨ ظهرت سلاسل مطاعم الوجبات السريعة في مصر خلال فترة .....  
 (أ) السبعينات (ب) الثمانينات (ج) التسعينات (د) .....
- ٥٩ تحتوي ..... علي نسبة كبيرة من البروتينات والحديد والفيتامينات .  
 (أ) البطاطس المقلية (ب) الكبد (ج) المشروبات الغازية (د) .....
- ٦٠ الخبز المصنوع من الحبوب الكاملة يُعد بديلاً صحياً لـ .....  
 (أ) الفشار (ب) الفاكهة (ج) الخبز الأبيض (د) .....
- ٦١ تشتهر منطقة الدلتا في مصر بـ .....  
 (أ) الويكا (ب) المحشي (ج) المندي (د) .....
- ٦٢ أفضل الطرق للترحيب بالعملاء في المعارض الطريقة .....  
 (أ) الودية (ب) الصارمة (ج) الرسمية (د) .....
- ٦٣ استخدمت الفوانيس في مصر منذ القدم للاحتفال بقدوم شهر .....  
 (أ) شعبان (ب) رجب (ج) رمضان (د) .....





- ٦٤ إعادة تدوير الملابس تعمل علي الحد من استهلاك .....  
 أ الغذاء ب الماء ج الطاقة د أكياس بلاستيكية
- ٦٥ لقياس حجم الفانوس نلف حوله .....  
 أ القماش ب ورق الكلك ج أكياس بلاستيكية د
- ٦٦ ..... نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي .  
 أ الكسور ب الحروق ج الشروخ د
- ٦٧ تُحول البكتيريا سكر ..... باللبن الي حمض اللاكتيك .  
 أ اللاكتوز ب السكروز ج الفركتوز د
- ٦٨ تصاحب حروق الدرجة ..... ظهور تقرحات وخطر الإصابة بالعدوي .  
 أ الاولى ب الثانية ج الثالثة د
- ٦٩ بكتيريا ..... مفيدة للجهاز الهضمي .  
 أ حمض اللاكتيك ب حمض الستريك ج حمض الفركتوز د
- ٧٠ في حالة الصدمات الكهربائية يجب علينا .....  
 أ عدم لمس المصاب ب إيقاف التيار الكهربائي ج أ ، ب معاً د
- ٧١ عند صناعة المربي يُفضل تقليب الخليط علي نار .....  
 أ عالية ب هائلة ج هادئة د
- ٧٢ عند الإصابة بالحروق نضع ..... علي مكان الحرق .  
 أ معجون الاسنان ب الليمون ج كريم الحروق د
- ٧٣ عند صناعة المربي نضيف ..... سكر لكل كجم من ثمار الفاكهة .  
 أ كيلو ب 2 كيلو ج نصف كيلو د
- ٧٤ استخدام مشعل البروبان قد يعرض السباكون لخطر .....  
 أ التعرض للحرق ب السقوط والتعثر ج استنشاق البخيرة د
- ٧٥ أي مما يلي يعد مثلاً علي المهارات الشخصية .....  
 أ تصميم الأزياء ب القدرة علي التكيف ج تنسيق الحدائق د
- ٧٦ تصيب الحروق من الدرجة الاولى ..... بالاحمرار والالم .  
 أ العينين ب البشرة ج الأدمة د





- ٧٧ يجب علي السباكون استخدام السقالات والسلالم المناسبة للوقاية من .....  
 (أ) الامراض (ب) السقوط من أعلي (ج) الحروق
- ٧٨ احذية السلامة تحمي السباكون من التعرض لـ .....  
 (أ) تناثر الحطام (ب) الابخرة (ج) الانزلاق
- ٧٩ تهدف ..... الي منع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن الصرف الصحي .  
 (أ) مصيدة المياه (ب) مواسير المياه (ج) أنابيب البولي فينيل
- ٨٠ يجب اصطحاب مصاب ..... للمستشفى لأنها قد تسبب أضرارًا داخلية  
 (أ) الحروق الكهربائية (ب) حروق الدرجة الاولى (ج) الحروق البسيطة
- ٨١ ..... خليط مكون من ثمار الفاكهة او بعض الخضروات والسكر وحمض الستريك .  
 (أ) العسل (ب) المفتقة (ج) المربي
- ٨٢ في حالة التعرض لحروق من الدرجة الثانية الكبيرة او الثالثة علينا الاتصال برقم .....  
 (أ) 901 (ب) 123 (ج) 195
- ٨٣ تطهي المربي علي درجة حرارة ..... حتي يتماسك قوامها .  
 (أ) 10 مئوية (ب) 15 مئوية (ج) 105 مئوية
- ٨٤ الأدمة هو مصطلح يعبر عن الطبقة ..... من الجلد .  
 (أ) الاولى (ب) الثانية (ج) الثالثة
- ٨٥ يضاف مقدار 5 جرامات من ..... لكل كيلو جرام سكر لحفظ المربي .  
 (أ) البكتين (ب) حمض الستريك (ج) الملح
- ٨٦ حروق ..... تؤثر علي الطبقة الخارجية للبشرة والطبقة الثانية من الجلد .  
 (أ) الدرجة الاولى (ب) الدرجة الثانية (ج) الدرجة الثالثة
- ٨٧ ..... هي مادة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد علي تماسك المربي .  
 (أ) السكر (ب) حمض الستريك (ج) البكتين
- ٨٨ يظهر الشرش علي اللبن الزبادي بسبب طول مدة .....  
 (أ) التسخين (ب) التبريد (ج) التحضين
- ٨٩ لتعقيم برطمانات حفظ المربي يجب وضعها تغلي لمدة .....  
 (أ) 3 ساعات (ب) 40 دقيقة (ج) 10 دقائق





- ٩٠ لقتل الميكروبات الضارة في اللبن يتم تسخينه علي درجة حرارة .....مئوية .  
 40 (أ) 60 (ب) 90 (ج)
- ٩١ اثناء تصنيع المربي يجب تعقيم .....  
 البكتين (أ) حمض الستريك (ب) البرطمانات (ج)
- ٩٢ تحتوي فاكهة ..... علي نسبة عالية من البكتين .  
 البرتقال (أ) الموز (ب) التفاح (ج)
- ٩٣ يعتبر اللبن الزبادي مصدرًا جيدًا لـ .....  
 البروتين (أ) الكالسيوم (ب) أ ، ب معًا (ج)
- ٩٤ يستخدم حمض ..... لحفظ المربي .  
 البكتين (أ) الستريك (ب) الكبريتيك (ج)
- ٩٥ ..... يعطي الزبادي قوامه السميك .  
 التبريد (أ) التسخين (ب) التحضين (ج)
- ٩٦ تبلل الاسلاك يعرض السباك لمخاطر .....  
 الحروق (أ) الكسور (ب) الصدمات الكهربائية (ج)
- ٩٧ من الممكن ان يصبح طعم الزبادي لاذع اذا استغرقت وقتًا طويلاً في .....  
 التحضين (أ) التسخين (ب) التبريد (ج)
- ٩٨ ترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر .....  
 التعثر والسقوط (أ) استنشاق الأبخرة (ب) الحريق (ج)
- ٩٩ توفير التهوية المناسبة للسباكين في أماكن العمل يحميهم من .....  
 الحروق (أ) التعثر (ب) الأمراض (ج)
- ١٠٠ حروق ..... تعتبر الأبسط بين أنواع الحروق ، وتسبب احمرارًا خفيفًا .  
 الدرجة الاولى (أ) الدرجة الثانية (ب) الدرجة الثالثة (ج)
- ١٠١ في حالة فقد شخص وعيه نتيجة صدمه كهربية يمكن اسعافه عن طريق .....  
 الإنعاش القلبي (أ) مرهم الحروق (ب) معجون الاسنان (ج)
- ١٠٢ شعار زهرة اللوتس يعتبر رمزاً لـ .....  
 الكراهية (أ) الصدق (ب) العطاء (ج)





- ١٣ العمل التطوعي فرصة لاكتساب خبرات وتحقيق .....  
 أ الأموال ب الفساد ج المواطنة  
 ١٤ أي مما يلي يعد نوعاً من المهارات الفنية المهمة .....  
 أ المرونة ب التحفيز الذاتي ج تنسيق الحقائق

ضع علامة صح أو علامة خطأ أمام العبارات التالية

السؤال الثاني

- ١ تعتبر المشروبات الغازية الدايت بديلاً صحياً للمشروبات الغازية .
- ٢ يستخدم مشعل البروبان لتسليك البالوعات المسدودة .
- ٣ المحليات الصناعية تحد من قدرة الجسم علي معالجة السكر .
- ٤ تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها .
- ٥ التمريض من المهن العظيمة في المجتمع .
- ٦ قفازات السباكة تحمي السباكون من التعرض لحروق اليدين .
- ٧ قديماً كان الشباب يفضل الوجبات السريعة عن الوجبات المنزلية .
- ٨ حروق الدرجة الأولى قد تسبب أضراراً داخلية للمريض .
- ٩ يجب علي الممثلين مراعاة خطواتهم علي المسرح لتجنب التعثر والاصطدام .
- ١٠ علينا الاتصال بالاسعاف في حالة الحروق من الدرجة الثالثة .
- ١١ الأطعمة المطهّوة بالبخار من أفضل البدائل الصحية للأطعمة المقلية .
- ١٢ بادئات التخمر عبارة عن زبادي من يوم سابق .
- ١٣ تحتوي الوجبات السريعة علي نسبة كبيرة من الكربوهيدرات والدهون .
- ١٤ يُعتبر اللبن الزبادي مصدراً جيّداً للبروتين والكالسيوم .
- ١٥ المشروبات الغازية تحتوي علي العديد من العناصر الغذائية الصحية .
- ١٦ يرتدي السباك القناع الواقي لحماية يديه من المواد الكيميائية .
- ١٧ حمض الاسكوربيك بالمشروبات الغازية يعيق امتصاص الجسم للكالسيوم .
- ١٨ يجب طهي المربي علي نار عالية .
- ١٩ اتباع نمط حياة صحي يعني ممارسة الرياضة بانتظام .
- ٢٠ في حالة الحروق من الدرجة الأولى يُفضل القيام بالانعاش الرئوي .
- ٢١ من اعدادات السلامة علي المسرح وضع العديد من الاسلاك علي ارض المسرح .
- ٢٢ العمل كممرض مساعد لجراح يتطلب تجهيز المعدات والأدوات أثناء الجراحة .
- ٢٣ حروق الدرجة الثانية تعتبر ابسط أنواع الحروق ، وتسبب احمراراً بسيطاً .





- ٢٤ ( ) تفتقر الوجبات السريعة للعناصر الغذائية والألياف .
- ٢٥ ( ) لحماية العين من تناثر السوائل يجب علي السباكون ارتداء النظارات الواقية .
- ٢٦ ( ) توفر الوجبات الصحية الاحتياجات اللازمة لممارسة الألعاب المختلفة .
- ٢٧ ( ) تحتوي المربي علي نسبة عالية من الفيتامينات .
- ٢٨ ( ) الأفضل للصحة العامة استبدال الوجبات السريعة ببدايل صحية معدة في المنزل .
- ٢٩ ( ) لا يمكن صناعة المربي من أي من أنواع الخضروات .
- ٣٠ ( ) يفضل البدء في تطوير المهارات الشخصية منذ الصغر .
- ٣١ ( ) ارتفاع درجة حرارة التحضين قد يسبب ان يكون قوام اللبن غير متماسك .
- ٣٢ ( ) التفكير والتحليل الإبداعي تُعد مثالاً علي المهارات الفنية .
- ٣٣ ( ) يمكن توفير رأس المال عن طريق أدخار المال أو عن طريق القروض .
- ٣٤ ( ) الاعناق الطويلة للأزهار لا تساعد علي تخزين الماء .
- ٣٥ ( ) عند تصميم أماكن العرض يفضل استخدام غطاء طاولة قصير لاختفاء المعدات .
- ٣٦ ( ) يفضل قطع ساق الزهرة قطعاً مائلاً قبل وضعها في الزهرية .
- ٣٧ ( ) لا يمكننا استخدام الخشب في صناعة الفوانيس .
- ٣٨ ( ) يعتمد فن تنسيق الأزهار علي زوق المنسق وبراعته .
- ٣٩ ( ) الأشكال الزخرفية يمكن أن نستوحيها من الطبيعة فقط .
- ٤٠ ( ) يمكننا الاستعانة بفن التطريز لإعادة تدوير الملابس القديمة .
- ٤١ ( ) التنسيق غير المتماثل للأزهار يتم بوضع أطول الأزهار في منتصف الزهرية ويكون الجانبان متشابهين .
- ٤٢ ( ) يعود فن التطريز الي المصريين القدماء .
- ٤٣ ( ) من امثلة الخامات المستخدمة في صناعة أواني الأزهار الكرسنال والخزف .
- ٤٤ ( ) استخدمت الفوانيس الأولي للاحتفال بحلول شهر رمضان .
- ٤٥ ( ) لا يمكننا أكتساب أي مهارات من خلال التعلم الاكاديمي .
- ٤٦ ( ) أماكن العرض التي يرحب مروجوها بالعملاء بطريقة ودية لا تجذب العملاء .
- ٤٧ ( ) نجاح الموظف وفشله مرتبط ليس له علاقه بمهاراته الفنية والشخصية .
- ٤٨ ( ) الدكتور أحمد المستجير من رواد علم الهندسة الوراثية .
- ٤٩ ( ) يعاني نسبة كبيرة من الأطفال من السمنة بسبب الوجبات السريعة .
- ٥٠ ( ) استطاعات السيدة ريبيكا هوي بفضل شركتها دعم الفنانين والمبدعين .
- ٥١ ( ) للحفاظ علي صحة الانسان يجب استبدال المشروبات الصحية بمشروبات غازية .
- ٥٢ ( ) تستمر فترة التحضين لمدة 18 ساعة .





- ٥٣ بعد وفاة السيدة صفية زغلول حول منزلها " منزل الأمة " الي متحف .
- ٥٤ عند تصنيع المربي يجب إزالة الأجزاء غير الصالحة من الفاكهة .
- ٥٥ دفنت صفية زغلول إلى جانب زوجها في حي السيّد زينب في القاهرة .
- ٥٦ قد يتعرض السباك للخطر نتيجة استنشاق الابخرة السامة .
- ٥٧ المشروبات الغازية تؤثر ايجاباً علي صحة الانسان العامة .
- ٥٨ يستخدم السباكون احذية السلامة لحمايتهم من التعثر والاصابة .
- ٥٩ تناول كميات كبيرة من السكريات قد يسبب خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان.
- ٦٠ اذا واجه مصاب الحروق صعوبة في التنفس او دوار علينا الاتصال بالاسعاف .
- ٦١ ظروف العمل الصعبة في المدن أحدي أسباب انتشار الوجبات السريعة .
- ٦٢ تدمر حروق الدرجة الثانية جميع طبقات الجلد .
- ٦٣ يعد المندي من أشهر الأطباق التقليدية لسكان منطقة الدلتا .
- ٦٤ تعتبر المربي مصدراً جيداً للفيتامينات والأملاح المعدنية.
- ٦٥ ليس من الضروري تناول سيناريو المسرحية لحبكة المسرحية المراد تقديمها .
- ٦٦ ليس من الضروري غسل الفاكهة قبل تصنيع المربي .
- ٦٧ تقديراً لدورها ، سميت بعض الشوارع في القاهرة باسم السيدة صفية زغلول .
- ٦٨ يعمل تبريد اللبن الزبادي علي تجنب نمو الميكروبات والبكتيريا الضارة
- ٦٩ الافراط في تناول المشروبات الغازية قد يؤدي الي الإصابة بسوء التغذية .
- ٧٠ درجة حرارة 40 مئوية هي الأفضل لنمو البكتيريا المفيدة .
- ٧١ كانت السيدة صفية زغلول ذكية ومثقة وتحب القراءة .
- ٧٢ في حالة الصدمات الكهربائية علينا استخدام مادة موصلة للكهرباء لاييقاف التيار .
- ٧٣ المياه والانابيب الساخنة لا تمثل أي خطورة علي السباكون .
- ٧٤ يفضل تعبأة المربي وهي باردة في البرطمانات .
- ٧٥ افضل علاج للحروق البسيطة استخدام معجون الاسنان والليمون .
- ٧٦ يُفضل استخدام الأدوات الكهربائية بيد مبللة لسهولة الاستخدام .
- ٧٧ إضافة البكتين للمربي يجعلها سائلة للغاية .
- ٧٨ تعتبر حروق الدرجة الثانية الأبسط لأنها تؤثر علي الطبقة الخارجية للجلد فقط .
- ٧٩ تتعدد احتياطات السلامة المهنية التي يتبعها السباكون أثناء العمل .
- ٨٠ لتجنب مخاطر الحريق يجب توخي الحذر عن لحام الانابيب .
- ٨١ عند تصنيع المربي يتم إضافة كجم سكر لكل 2 كجم من ثمار الفاكهة .
- ٨٢ البرتقال يُعد أكثر أنواع الفواكه احتواءً علي البكتين .





- ٨٣ ) يقدم الممرضون الرعاية للحالات الحرجة فقط .
- ٨٤ ) لا توجد أي علاقة بين تناول المشروبات الغازية والاصابة بأمراض القلب والقولون .
- ٨٥ ) تُعد الكبد الاسكندراني من الأطعمة التي تفتقر الي البروتين والفيتامينات .
- ٨٦ ) من أسباب انتشار الوجبات السريعة تقديمها للجمهور بأسعار باهظة .
- ٨٧ ) تحتوي الحلوي علي نسبة عالية من السكريات .
- ٨٨ ) يمكن استخدام المسرح للترويج للسياحة .
- ٨٩ ) من الأفضل للجمهور المسرحي سطوع الإضاءة في المسرح بشكل كبير .
- ٩٠ ) لم تشارك السيدة صفية زغلول في ثورة عام 1919 م .
- ٩١ ) الحبكة هي سلسلة من الاحداث المترابطة .
- ٩٢ ) تعمل السيدة روزم موتون ممرضة في قسم الطوارئ .
- ٩٣ ) الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة تُعد بديلاً صحياً للأطعمة المشوية .
- ٩٤ ) يشتهر طبق الصيادية في البيئات الساحلية المصرية .
- ٩٥ ) يرجع تسمية السيدة صفية زغلول نسبة الي زوجها سعد زغلول باشا .
- ٩٦ ) يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات .
- ٩٧ ) تعيق المحليات الصناعية من امتصاص العناصر الغذائية بالطعام .
- ٩٨ ) المشروبات الغازية تُضر بالبكتيريا المفيدة بالجهاز الهضمي .
- ٩٩ ) الأطعمة المنزلية غنية بالفيتامينات والمكونات المغذية .
- ١٠٠ ) تناول الفواكة والاطعمة المنزلية يعد من أفضل البدائل الصحية للوجبات السريعة .
- ١٠١ ) يمكن للأفراد اكتساب المهارات الفنية بالتدريب المهني .
- ١٠٢ ) العمل التطوعي يساهم في تكوين علاقات اجتماعية جيدة .
- ١٠٣ ) يجب اكتساب المعارف الابتدائية أولاً ثم مواصلة التعلم مدي الحياة .
- ١٠٤ ) يمكننا إضافة قرص من الاسبرين داخل أواني الازهار لحفظ الازهار .
- ١٠٥ ) اجراء عملية تبريد للزهار بعد قطعها بوضعها بماء بارد يحفظ الازهار .
- ١٠٦ ) إعادة تدوير الملابس القديمة يسبب أضراراً بيئية .
- ١٠٧ ) من فوائد إعادة تدوير الملابس توفير الطاقة .
- ١٠٨ ) أول عمل من التطريز تم اكتشافه في مقبرة توت عنخ آمون .
- ١٠٩ ) من الأدوات المستخدمة في صناعة الفوانيس ورق الصنفرة و مسدس الشمع .
- ١١٠ ) التصميم الجذاب للشعار يؤدي دوراً هاماً في تفرد المنتج عن غيره .
- ١١١ ) حصل الدكتور أحمد المستجير علي جائزة الدولة التقديرية ، تقديرًا لجهوده .
- ١١٢ ) حصلت الدكتورة ربيكا هوي علي ماجستير في تخطيط المدن .





- ١٣٣ عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس لا يفضل أخذ حمام بارد . ( )
- ١١٤ في حالة التعرض للحروق في المدرسة يفضل ابلاغ الزائرة الصحية . ( )
- ١١٥ تؤثر حروق الدرجة الثانية علي الطبقة الثانية من الجلد " الادمة " . ( )
- ١١٦ في حالة الصدمات الكهربائية يفضل عدم تحريك المصاب . ( )
- ١١٧ تظهر تقرحات الجلد مع حروق الدرجة الاولى . ( )
- ١١٨ ارتداء الأقفعة يحمي السباكون من التعثر في أماكن العمل . ( )
- ١١٩ ليس من الضروري ترتيب مواقع العمل عند القيام بأعمال السباكة . ( )
- ١٢٠ مصيدة المياه تمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة من الصرف الصحي . ( )
- ١٢١ ليس من الضروري ارتداء نظارات الحماية داخل مواقع العمل .خ ( )
- ١٢٢ يجب توفير التهوية المناسبة في مواقع عمل السباكون . ( )
- ١٢٣ يستخدم حمض الستريك لحفظ المربي . ( )
- ١٢٤ تعقيم برطمانات تعبئة المربي قبل تعبئتها أمر ضروري . ( )
- ١٢٥ درجة حرارة 80 مئوية هي أفضل درجات نمو البكتيريا المفيدة . ( )
- ١٢٦ يجب حفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في حاويات معقمة . ( )
- ١٢٧ قامت السيدة روزم مورتون بتصوير حياتها كمرضة خلال جائحة كورونا . ( )
- ١٢٨ الفيشار والمكسرات يعدان أحد البدائل الغذائية الصحية . ( )
- ١٢٩ لم تتمكن السيدة روزم مورتون من اتباع الإجراءات الاحترازية خلال جائحة كورونا . ( )
- ١٣٠ عند تنسيق الازهار يجب مراعاة أم تكون سيقان الأزهار متماسكة . ( )
- ١٣١ إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية قد يسبب تدمير الزهور . ( )
- ١٣٢ إنتاج ملابس جديدة يتسبب في استهلاك كميات هائلة من الطاقة . ( )
- ١٣٣ يمكن استخدام العلامات التجارية للترويج للأعمال . ( )

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق





## بنك أسئلة التميز الفصل الدراسي الثاني

### أختر الإجابة الصحيحة

### السؤال الأول

١. تعتبر حروق ..... الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد .  
 أ. الدرجة الأولى      ب. الدرجة الثانية      ج. الدرجة الثالثة
٢. تعد خطوة ..... هي أولى خطوات صناعة اللبن الزبادي .  
 أ. التبريد      ب. التحضين      ج. التسخين
٣. فن ..... يساهم بشكل كبير في إعادة تدوير الملابس .  
 أ. التطريز      ب. الفسيفساء      ج. البالية
٤. إضافة ..... لماء الزهرية يحفظ الأزهار بعد قطفها .  
 أ. الألوان      ب. العطور      ج. الاسبرين
٥. أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا ..... مئوية .  
 أ. 40      ب. 60      ج. 90
٦. تعتبر المربي مصدرًا .....  
 أ. الفيتامينات      ب. الأملاح المعدنية      ج. أ ، ب معًا
٧. يعوق ..... عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام .  
 أ. السكريات      ب. حمض الفوسفريك      ج. المحليات الصناعية
٨. أي مما يلي لا يُعد من الحالات الطبية الطارئة .....  
 أ. النوبات القلبية      ب. السكتات الدماغية      ج. الجروح السطحية
٩. ..... يستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة ، وتوضع الأزهار بشكل متدرج في الطول .  
 أ. التنسيق المتناظر      ب. التنسيق غير المتناظر      ج. التنسيق الرأسي
١٠. أي مما يلي يعد من أنواع غرز التطريز .....  
 أ. السراجة      ب. البطانية      ج. أ ، ب معًا
١١. المشروبات ..... لا تحتوي على الفيتامينات والمعادن والبروتينات .  
 أ. الطبيعية      ب. الصحية      ج. الغازية





- ١٢ في حالة الاختناق اذا كان الشخص لا يتمكن من التكلم او التنفس يجب اجراء .....  
 أ ضغطات البطن ب تنفس صناعي ج صدمات كهربية د الالياف
- ١٣ الإفراط في تناول المشروبات الغازية يرفع مستويات ..... في الدم .  
 أ البروتينات ب السكر ج الالياف د السيدة / روزم مورتون تعمل في قسم ..... لدعم الفريق الجراحي .
- ١٤ أ الجراحة ب الطوارئ ج العيادات الخارجية د البروتينات
- ١٥ يرجع تاريخ فن التطريز الي الحضارة .....  
 أ المصرية القديمة ب اليونانية ج الرومانية د البروتينات
- ١٦ تم اكتشاف أول عمل تطريز داخل مقبرة .....  
 أ رمسيس الثاني ب تحتمس الثالث ج توت عنخ آمون د البروتينات
- ١٧ يتميز ..... بأنه غني بفيتامينات E ، C ، K1 .  
 أ الفلفل ب الكبد ج الخيار د البروتينات
- ١٨ قادت السيدة / ..... المتظاهرات خلال ثورة عام 1919 .  
 أ سميحة أيوب ب صفية زغلول ج روزم مورتون د البروتينات
- ١٩ ..... يتم بوضع أطول أفرع الازهار في المنتصف ويكون الجانبان غير متشابهان في ألوان الأزهار .  
 أ التنسيق المتناظر ب التنسيق غير المتناظر ج التنسيق الرأسي د البروتينات
- ٢٠ أي مما يلي لا يعد من أضرار الوجبات السريعة .  
 أ زيادة الحديد في الدم ب سوء التغذية ج زيادة الوزن د البروتينات
- ٢١ لبناء الديكور المسرحي من الممكن الاستعانة بـ .....  
 أ الورق ب شرائح الكرتون ج أ ، ب معًا د البروتينات
- ٢٢ لحماية السباكون من الابخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء .....  
 أ احذية السلامة ب الخوذات الواقية ج أقنعة الحماية د البروتينات
- ٢٣ يمكن صناعة المربي من .....  
 أ ثمار الفاكهة ب بعض أنواع الخضروات ج أ ، ب معًا د البروتينات
- ٢٤ يمكننا وضع ..... لعلاج الحروق البسيطة .  
 أ مرهم للحروق ب مواد ملتهبة ج مزيل عرق د البروتينات





- ٢٥ كل ما يلي من مكونات الوجبات السريعة ماعدا .....  
 (أ) الألياف (ب) السكر (ج) الدهون (د) .....  
 ٢٦ يَعدُ ..... مصدر نباتي هام للبروتين والالياف .  
 (أ) البطاطس المقلية (ب) الفول المدمس (ج) الملوخية (د) .....  
 ٢٧ يفضل استبدال الاطعمة المقلية بـ .....  
 (أ) الأطعمة المشوية (ب) الأطعمة الدهنية (ج) الوجبات السريعة (د) .....  
 ٢٨ من أشهر الأطباق التقليدية في صعيد مصر .....  
 (أ) الصيادية (ب) المحشي (ج) الكشك والويكا (د) .....  
 ٢٩ يمكننا رفع القيمة الغذائية للوجبات التقليدية عن طريق إضافة .....  
 (أ) الخضروات (ب) الحبوب الكاملة (ج) أ، ب معًا (د) .....  
 ٣٠ الوجبات الغذائية غير الصحية قد تسبب .....  
 (أ) تأخر النمو عند الأطفال (ب) فقر الدم (ج) أ، ب معًا (د) .....  
 ٣١ المندي أحدي الاطباق التقليدية التي يشتهر بها سكان .....  
 (أ) الدلتا (ب) سيناء (ج) الصعيد (د) .....  
 ٣٢ من أسباب انتشار الوجبات السريعة في مصر .....  
 (أ) انتشار اكشاك الوجبات (ب) ظروف العمل الصعبة في المدن (ج) أ، ب معًا (د) .....  
 ٣٣ تشتهر البيئات الساحلية بأطباق الـ .....  
 (أ) محشي (ب) صيادية (ج) مندي (د) .....  
 ٣٤ ..... هي الحجج المدعومة بالأدلة والحقائق .  
 (أ) الحجج الضعيفة (ب) الحجج الكاذبة (ج) الحجج القوية (د) .....  
 ٣٥ لصنع أزياء مسرحية بسيطة يمكننا استخدام .....  
 (أ) الورق (ب) قصاصات النسيج (ج) أ، ب معًا (د) .....  
 ٣٦ استبدال المشروبات الغازية بالمشروبات الصحية يؤدي الي .....  
 (أ) سوء التغذية (ب) صحة مثالية (ج) الإصابة بالأمراض (د) .....  
 ٣٧ كانت السيدة صفية زغلول من تُجيد اللغة .....  
 (أ) الألمانية (ب) الروسية (ج) الفرنسية (د) .....





..... من مكونات المشروبات الغازية التي قد تسبب خطر الإصابة بمرض السرطان .

أ السكريات ب المحليات الصناعية ج حمض الفوسفريك

لقب المصريون السيدة صفية زغلول بلقب .....

أ أم الثورة ب أم الشهداء ج أم المصريين

تناول المشروبات الغازية بشكل متكرر قد يؤدي الي زيادة .....

أ الوزن ب خطر الإصابة بأمراض القلب ج أ، ب معاً

كان للسيدة / روزم مورتون دورًا كبيرًا لتوعية الشباب بكل مما يلي ماعدا .....

أ ممارسة الرياضة ب تناول الوجبات السريعة ج اتباع نمط صحي سليم

أي مما يلي لا يعد من مكونات المشروبات الغازية .....

أ حمض الكبريتيك ب السكريات ج حمض الفوسفريك

رعاية الأشخاص الذين يحتاجون الي إسعافات أولية أو عناية فورية من مهام .....

أ ممرضو غرف الطوارئ ب ممرضو الجراحة ج ممرضو الاسنان

تحتوي رقائق الذرة والبطاطس علي كميات عالية من .....

أ البروتينات ب الاملاح ج الفيتامينات

عُرف منزل آل زغلول بمنزل .....

أ مصر ب الأمة ج الزعيم

من أمثلة الاطباق التقليدية المصرية .....

أ البرجر ب الملوخية ج البطاطس المقلية

أسراع أجزاء الزهرة المقطوفة في التعفن هو الأوراق الموجودة في الجزء السفلي من .....

أ الجذور ب الأوراق ج الساق

..... يتم بوضع أطول أفرع الازهار في المنتصف ويكون الجانبان متشابهان في ألوان الأزهار .

أ التنسيق المتناظر ب التنسيق غير المتناظر ج التنسيق الرأسي

..... هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز في مجال التغذية .

أ الاختصاصي النفسي ب الاختصاصي الاجتماعي ج اختصاصي التغذية

أي مما يلي يعد من العناصر الداعمة للمسرحية .....

أ الإضاءة ب الموسيقى ج أ، ب معاً





- ٥١ السيدة صفية زغلول هي ابنة رئيس الوزراء المصري الراحل .....  
 أ سعد زغلول ب مصطفى فهمي ج مصطفى كامل د .....  
 ٥٢ تعمل السيدة / روزم مورتون بمهنة .....  
 أ التمريض ب الآثار ج التنقيب د .....  
 ٥٣ في حالة الاختناق اذا كان الشخص يستطيع التنفس علينا تشجيعه علي .....  
 أ السعال ب القيء ج النوم د .....  
 ٥٤ أي مما يلي لا يعد من المخاطر الصحية للمشروبات الغازية .....  
 أ زيادة الوزن ب بناء العضلات ج الإصابة بمرض السكري د .....  
 ٥٥ من مخاطر المشروبات الغازية الإصابة بمرض السكري من النوع .....  
 أ الثاني ب الثالث ج الرابع د .....  
 ٥٦ المشروبات الغازية لها العديد من الآثار السلبية علي الجهاز .....  
 أ التنفسي ب الدوري ج الهضمي د .....  
 ٥٧ ..... هي تبادل الآراء والحجج .  
 أ المحاضرة ب المناظرة ج الترشق د .....  
 ٥٨ ظهرت سلاسل مطاعم الوجبات السريعة في مصر خلال فترة .....  
 أ السبعينات ب الثمانينات ج التسعينات د .....  
 ٥٩ تحتوي ..... علي نسبة كبيرة من البروتينات والحديد والفيتامينات .  
 أ البطاطس المقلية ب الكبدة ج المشروبات الغازية د .....  
 ٦٠ الخبز مصنوع من الحبوب الكاملة يُعد بديلاً صحياً لـ .....  
 أ الفشار ب الفاكهة ج الخبز الأبيض د .....  
 ٦١ تشتهر منطقة الدلتا في مصر ب .....  
 أ الويكا ب المحشي ج المندي د .....  
 ٦٢ أفضل الطرق للترحيب بالعملاء في المعارض الطريقة .....  
 أ الودية ب الصارمة ج الرسمية د .....  
 ٦٣ استخدمت الفوانيس في مصر منذ القدم للاحتفال بقدوم شهر .....  
 أ شعبان ب رجب ج رمضان د .....





- ٦٤ إعادة تدوير الملابس تعمل علي الحد من استهلاك .....  
 أ الغذاء ب الماء ج الطاقة د أكياس بلاستيكية
- ٦٥ لقياس حجم الفانوس نلف حوله .....  
 أ القماش ب ورق الكلك ج أكياس بلاستيكية د
- ٦٦ ..... نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي .  
 أ الكسور ب الحروق ج الشروخ د
- ٦٧ تُحول البكتيريا سكر ..... باللبن الي حمض اللاكتيك .  
 أ اللاكتوز ب السكر ج الفركتوز د
- ٦٨ تصاحب حروق الدرجة ..... ظهور تقرحات وخطر الإصابة بالعدوي .  
 أ الاولى ب الثانية ج الثالثة د
- ٦٩ بكتيريا ..... مفيدة للجهاز الهضمي .  
 أ حمض اللاكتيك ب حمض الستريك ج حمض الفركتوز د
- ٧٠ في حالة الصدمات الكهربائية يجب علينا .....  
 أ عدم لمس المصاب ب إيقاف التيار الكهربائي ج أ ، ب معاً د
- ٧١ عند صناعة المربي يُفضل تقليب الخليط علي نار .....  
 أ عالية ب هائلة ج هادئة د
- ٧٢ عند الإصابة بالحروق نضع ..... علي مكان الحرق .  
 أ معجون الاسنان ب الليمون ج كريم الحروق د
- ٧٣ عند صناعة المربي نضيف ..... سكر لكل كجم من ثمار الفاكهة .  
 أ كيلو ب 2 كيلو ج نصف كيلو د
- ٧٤ استخدام مشعل البروبان قد يعرض السباكون لخطر .....  
 أ التعرض للحرق ب السقوط والتعثر ج استنشاق الابخرة د
- ٧٥ أي مما يلي يعد مثلاً علي المهارات الشخصية .....  
 أ تصميم الأزياء ب القدرة علي التكيف ج تنسيق الحدائق د
- ٧٦ تصيب الحروق من الدرجة الاولى ..... بالاحمرار والالم .  
 أ العينين ب البشرة ج الأدمة د





- ٧٧ يجب علي السباكون استخدام السقالات والسلالم المناسبة للوقاية من .....  
 (أ) الامراض (ب) السقوط من أعلي (ج) الحروق (د) .....  
 ٧٨ احذية السلامة تحمي السباكون من التعرض لـ .....  
 (أ) تناثر الحطام (ب) الابخرة (ج) الانزلاق (د) .....  
 ٧٩ تهدف ..... الي منع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن الصرف الصحي .  
 (أ) مصيدة المياه (ب) مواسير المياه (ج) أنابيب البولي فينيل (د) .....  
 ٨٠ يجب اصطحاب مصاب ..... للمستشفى لأنها قد تسبب أضرارًا داخلية  
 (أ) الحروق الكهربائية (ب) حروق الدرجة الاولى (ج) الحروق البسيطة (د) .....  
 ٨١ ..... خليط مكون من ثمار الفاكهة او بعض الخضروات والسكر وحمض الستريك .  
 (أ) العسل (ب) المفتقة (ج) المربي (د) .....  
 ٨٢ في حالة التعرض لحروق من الدرجة الثانية الكبيرة او الثالثة علينا الاتصال برقم .....  
 (أ) 901 (ب) 123 (ج) 195 (د) .....  
 ٨٣ تطهي المربي علي درجة حرارة ..... حتي يتماسك قوامها .  
 (أ) 10 مئوية (ب) 15 مئوية (ج) 105 مئوية (د) .....  
 ٨٤ الأدمة هو مصطلح يعبر عن الطبقة ..... من الجلد .  
 (أ) الاولى (ب) الثانية (ج) الثالثة (د) .....  
 ٨٥ يضاف مقدار 5 جرامات من ..... لكل كيلو جرام سكر لحفظ المربي .  
 (أ) البكتين (ب) حمض الستريك (ج) الملح (د) .....  
 ٨٦ حروق ..... تؤثر علي الطبقة الخارجية للبشرة والطبقة الثانية من الجلد .  
 (أ) الدرجة الاولى (ب) الدرجة الثانية (ج) الدرجة الثالثة (د) .....  
 ٨٧ ..... هي مادة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد علي تماسك المربي .  
 (أ) السكر (ب) حمض الستريك (ج) البكتين (د) .....  
 ٨٨ يظهر الشرش علي اللبن الزبادي بسبب طول مدة .....  
 (أ) التسخين (ب) التبريد (ج) التحضين (د) .....  
 ٨٩ لتعقيم برطمانات حفظ المربي يجب وضعها تغلي لمدة .....  
 (أ) 3 ساعات (ب) 40 دقيقة (ج) 10 دقائق (د) .....





- ٩٠ لقتل الميكروبات الضارة في اللبن يتم تسخينه علي درجة حرارة .....مئوية .  
 40 (أ) 60 (ب) 90 (ج)
- ٩١ اثناء تصنيع المربي يجب تعقيم .....  
 البكتين (أ) حمض الستريك (ب) البرطمانات (ج)
- ٩٢ تحتوي فاكهة ..... علي نسبة عالية من البكتين .  
 البرتقال (أ) الموز (ب) التفاح (ج)
- ٩٣ يعتبر اللبن الزبادي مصدرًا جيدًا لـ .....  
 البروتين (أ) الكالسيوم (ب) أ ، ب معًا (ج)
- ٩٤ يستخدم حمض ..... لحفظ المربي .  
 البكتين (أ) الستريك (ب) الكبريتيك (ج)
- ٩٥ ..... يعطي الزبادي قوامه السميك .  
 التبريد (أ) التسخين (ب) التحضين (ج)
- ٩٦ تبلل الاسلاك يعرض السباك لمخاطر .....  
 الحروق (أ) الكسور (ب) الصدمات الكهربائية (ج)
- ٩٧ من الممكن ان يصبح طعم الزبادي لاذع اذا استغرقت وقتًا طويلاً في .....  
 التحضين (أ) التسخين (ب) التبريد (ج)
- ٩٨ ترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر .....  
 التعثر والسقوط (أ) استنشاق الأبخرة (ب) الحريق (ج)
- ٩٩ توفير التهوية المناسبة للسباكين في أماكن العمل يحميهم من .....  
 الحروق (أ) التعثر (ب) الأمراض (ج)
- ١٠٠ حروق ..... تعتبر الأبسط بين أنواع الحروق ، وتسبب احمرارًا خفيفًا .  
 الدرجة الاولى (أ) الدرجة الثانية (ب) الدرجة الثالثة (ج)
- ١٠١ في حالة فقد شخص وعيه نتيجة صدمه كهربية يمكن اسعافه عن طريق .....  
 الإنعاش القلبي (أ) مرهم الحروق (ب) معجون الاسنان (ج)
- ١٠٢ شعار زهرة اللوتس يعتبر رمزاً لـ .....  
 الكراهية (أ) الصدق (ب) العطاء (ج)





١٣ العمل التطوعي فرصة لاكتساب خبرات وتحقيق .....

المواطنة

الفساد

الأموال

١٤ أي مما يلي يعد نوعاً من المهارات الفنية المهمة .....

تنسيق الحقائق

التحفيز الذاتي

المرونة

### ضع علامة صح أو علامة خطأ أمام العبارات التالية

### السؤال الثاني

١ تعتبر المشروبات الغازية الدايت بديلاً صحياً للمشروبات الغازية .

٢ يستخدم مشعل البروبان لتسليك البالوعات المسدودة .

٣ المحليات الصناعية تحد من قدرة الجسم علي معالجة السكر .

٤ تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها .

٥ التمريض من المهن العظيمة في المجتمع .

٦ قفازات السباكة تحمي السباكون من التعرض لحروق اليدين .

٧ قديماً كان الشباب يفضل الوجبات السريعة عن الوجبات المنزلية .

٨ حروق الدرجة الأولى قد تسبب أضراراً داخلية للمريض .

٩ يجب علي الممثلين مراعاة خطواتهم علي المسرح لتجنب التعثر والاصطدام .

١٠ علينا الاتصال بالاسعاف في حالة الحروق من الدرجة الثالثة .

١١ الأطعمة المطهّوة بالبخار من أفضل البدائل الصحية للأطعمة المقلية .

١٢ بادئات التخمر عبارة عن زبادي من يوم سابق .

١٣ تحتوي الوجبات السريعة علي نسبة كبيرة من الكربوهيدرات والدهون .

١٤ يُعتبر اللبن الزبادي مصدراً جيّداً للبروتين والكالسيوم .

١٥ المشروبات الغازية تحتوي علي العديد من العناصر الغذائية الصحية .

١٦ يرتدي السباك القناع الواقي لحماية يديه من المواد الكيميائية .

١٧ حمض الاسكوربيك بالمشروبات الغازية يعيق امتصاص الجسم للكالسيوم .

١٨ يجب طهي المربي علي نار عالية .

١٩ اتباع نمط حياة صحي يعني ممارسة الرياضة بانتظام .

٢٠ في حالة الحروق من الدرجة الأولى يُفضل القيام بالانعاش الرئوي .

٢١ من اعدادات السلامة علي المسرح وضع العديد من الاسلاك علي ارض المسرح .

٢٢ العمل كممرض مساعد لجراح يتطلب تجهيز المعدات والأدوات أثناء الجراحة .

٢٣ حروق الدرجة الثانية تعتبر ابسط أنواع الحروق ، وتسبب احمراراً بسيطاً .





- ٢٤ تفتقر الوجبات السريعة للعناصر الغذائية والألياف .
- ٢٥ لحماية العين من تناثر السوائل يجب علي السباكون ارتداء النظارات الواقية .
- ٢٦ توفر الوجبات الصحية الاحتياجات اللازمة لممارسة الألعاب المختلفة .
- ٢٧ تحتوي المربي علي نسبة عالية من الفيتامينات .
- ٢٨ الأفضل للصحة العامة استبدال الوجبات السريعة ببدائل صحية معدة في المنزل .
- ٢٩ لا يمكن صناعة المربي من أي من أنواع الخضروات .
- ٣٠ يفضل البدء في تطوير المهارات الشخصية منذ الصغر .
- ٣١ ارتفاع درجة حرارة التحضين قد يسبب ان يكون قوام اللبن غير متماسك .
- ٣٢ التفكير والتحليل الإبداعي تُعد مثالاً علي المهارات الفنية .
- ٣٣ يمكن توفير رأس المال عن طريق أدخار المال أو عن طريق القروض .
- ٣٤ الاعناق الطويلة للأزهار لا تساعد علي تخزين الماء .
- ٣٥ عند تصميم أماكن العرض يفضل استخدام غطاء طاولة قصير لاختفاء المعدات .
- ٣٦ يفضل قطع ساق الزهرة قطعاً مائلاً قبل وضعها في الزهرية .
- ٣٧ لا يمكننا استخدام الخشب في صناعة الفوانيس .
- ٣٨ يعتمد فن تنسيق الأزهار علي زوق المنسق وبراعته .
- ٣٩ الأشكال الزخرفية يمكن أن نستوحيها من الطبيعة فقط .
- ٤٠ يمكننا الاستعانة بفن التطريز لإعادة تدوير الملابس القديمة .
- ٤١ التنسيق غير المتماثل للأزهار يتم بوضع أطول الأزهار في منتصف الزهرية ويكون الجانبان متشابهين .
- ٤٢ يعود فن التطريز الي المصريين القدماء .
- ٤٣ من امثلة الخامات المستخدمة في صناعة أواني الأزهار الكرسنال والخزف .
- ٤٤ استخدمت الفوانيس الأولي للاحتفال بحلول شهر رمضان .
- ٤٥ لا يمكننا أكتساب أي مهارات من خلال التعلم الاكاديمي .
- ٤٦ أماكن العرض التي يرحب مروجوها بالعملاء بطريقة ودية لا تجذب العملاء .
- ٤٧ نجاح الموظف وفشله مرتبط ليس له علاقه بمهاراته الفنية والشخصية .
- ٤٨ الدكتور أحمد المستجير من رواد علم الهندسة الوراثية .
- ٤٩ يعاني نسبة كبيرة من الأطفال من السمنة بسبب الوجبات السريعة .
- ٥٠ استطاعات السيدة ريبيكا هوي بفضل شركتها دعم الفنانين والمبدعين .
- ٥١ للحفاظ علي صحة الانسان يجب استبدال المشروبات الصحية بمشروبات غازية .
- ٥٢ تستمر فترة التحضين لمدة 18 ساعة .





- ٥٣ بعد وفاة السيدة صفية زغلول حول منزلها " منزل الأمة " الي متحف .
- ٥٤ عند تصنيع المربي يجب إزالة الأجزاء غير الصالحة من الفاكهة .
- ٥٥ دفنت صفية زغلول إلى جانب زوجها في حي السيّدة زينب في القاهرة .
- ٥٦ قد يتعرض السباك للخطر نتيجة استنشاق الابخرة السامة .
- ٥٧ المشروبات الغازية تؤثر ايجاباً علي صحة الانسان العامة .
- ٥٨ يستخدم السباكون احذية السلامة لحمايتهم من التعثر والاصابة .
- ٥٩ تناول كميات كبيرة من السكريات قد يسبب خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان.
- ٦٠ اذا واجه مصاب الحروق صعوبة في التنفس او دوار علينا الاتصال بالاسعاف .
- ٦١ ظروف العمل الصعبة في المدن أحدي أسباب انتشار الوجبات السريعة .
- ٦٢ تدمر حروق الدرجة الثانية جميع طبقات الجلد .
- ٦٣ يعد المندي من أشهر الأطباق التقليدية لسكان منطقة الدلتا .
- ٦٤ تعتبر المربي مصدراً جيداً للفيتامينات والأملاح المعدنية.
- ٦٥ ليس من الضروري تناول سيناريو المسرحية لحبكة المسرحية المراد تقديمها .
- ٦٦ ليس من الضروري غسل الفاكهة قبل تصنيع المربي .
- ٦٧ تقديراً لدورها ، سميت بعض الشوارع في القاهرة باسم السيدة صفية زغلول .
- ٦٨ يعمل تبريد اللبن الزبادي علي تجنب نمو الميكروبات والبكتيريا الضارة
- ٦٩ الافراط في تناول المشروبات الغازية قد يؤدي الي الإصابة بسوء التغذية .
- ٧٠ درجة حرارة 40 مئوية هي الأفضل لنمو البكتيريا المفيدة .
- ٧١ كانت السيدة صفية زغلول ذكية ومثقة وتحب القراءة .
- ٧٢ في حالة الصدمات الكهربائية علينا استخدام مادة موصلة للكهرباء لاييقاف التيار .
- ٧٣ المياه والانابيب الساخنة لا تمثل أي خطورة علي السباكون .
- ٧٤ يفضل تعبأة المربي وهي باردة في البرطمانات .
- ٧٥ افضل علاج للحروق البسيطة استخدام معجون الاسنان والليمون .
- ٧٦ يُفضل استخدام الأدوات الكهربائية بيد مبللة لسهولة الاستخدام .
- ٧٧ إضافة البكتين للمربي يجعلها سائلة للغاية .
- ٧٨ تعتبر حروق الدرجة الثانية الأبسط لأنها تأثر علي الطبقة الخارجية للجلد فقط .
- ٧٩ تتعدد احتياطات السلامة المهنية التي يتبعها السباكون أثناء العمل .
- ٨٠ لتجنب مخاطر الحريق يجب توخي الحذر عن لحام الانابيب .
- ٨١ عند تصنيع المربي يتم إضافة كجم سكر لكل 2 كجم من ثمار الفاكهة .
- ٨٢ البرتقال يُعد أكثر أنواع الفواكه احتواءً علي البكتين .





- ٨٣ يقدم الممرضون الرعاية للحالات الحرجة فقط .
- ٨٤ لا توجد أي علاقة بين تناول المشروبات الغازية والاصابة بأمراض القلب والقولون .
- ٨٥ تُعد الكبد الاسكندراني من الأطعمة التي تفتقر الي البروتين والفيتامينات .
- ٨٦ من أسباب انتشار الوجبات السريعة تقديمها للجمهور بأسعار باهظة .
- ٨٧ تحتوي الحلوي علي نسبة عالية من السكريات .
- ٨٨ يمكن استخدام المسرح للترويج للسياحة .
- ٨٩ من الأفضل للجمهور المسرحي سطوع الإضاءة في المسرح بشكل كبير .
- ٩٠ لم تشارك السيدة صفية زغلول في ثورة عام 1919 م .
- ٩١ الحبكة هي سلسلة من الاحداث المترابطة .
- ٩٢ تعمل السيدة روزم موتون ممرضة في قسم الطوارئ .
- ٩٣ الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة تُعد بديلاً صحياً للأطعمة المشوية .
- ٩٤ يشتهر طبق الصيادية في البيئات الساحلية المصرية .
- ٩٥ يرجع تسمية السيدة صفية زغلول نسبة الي زوجها سعد زغلول باشا .
- ٩٦ يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات .
- ٩٧ تعيق المحليات الصناعية من امتصاص العناصر الغذائية بالطعام .
- ٩٨ المشروبات الغازية تُضر بالبكتيريا المفيدة بالجهاز الهضمي .
- ٩٩ الأطعمة المنزلية غنية بالفيتامينات والمكونات المغذية .
- ١٠٠ تناول الفواكة والاطعمة المنزلية يعد من أفضل البدائل الصحية للوجبات السريعة .
- ١٠١ يمكن للأفراد اكتساب المهارات الفنية بالتدريب المهني .
- ١٠٢ العمل التطوعي يساهم في تكوين علاقات اجتماعية جيدة .
- ١٠٣ يجب اكتساب المعارف الابتدائية أولاً ثم مواصلة التعلم مدي الحياة .
- ١٠٤ يمكننا إضافة قرص من الاسبرين داخل أواني الازهار لحفظ الازهار .
- ١٠٥ اجراء عملية تبريد للأزهار بعد قطعها بوضعها بماء بارد يحفظ الازهار .
- ١٠٦ إعادة تدوير الملابس القديمة يسبب أضراراً بيئية .
- ١٠٧ من فوائد إعادة تدوير الملابس توفير الطاقة .
- ١٠٨ أول عمل من التطريز تم اكتشافه في مقبرة توت عنخ آمون .
- ١٠٩ من الأدوات المستخدمة في صناعة الفوانيس ورق الصنفرة و مسدس الشمع .
- ١١٠ التصميم الجذاب للشعار يؤدي دوراً هاماً في تفرد المنتج عن غيره .
- ١١١ حصل الدكتور أحمد المستجير علي جائزة الدولة التقديرية ، تقديرًا لجهوده .
- ١١٢ حصلت الدكتورة ربيكا هوي علي ماجستير في تخطيط المدن .







عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس لا يفضل أخذ حمام بارد .

في حالة التعرض للحروق في المدرسة يفضل ابلاغ الزائرة الصحية .

تؤثر حروق الدرجة الثانية علي الطبقة الثانية من الجلد " الادمة " .

في حالة الصدمات الكهربائية يفضل عدم تحريك المصاب .

تظهر تقرحات الجلد مع حروق الدرجة الاولى .

ارتداء الأقفلة يحمي السباكون من التعثر في أماكن العمل .

ليس من الضروري ترتيب مواقع العمل عند القيام بأعمال السباكة .

مصيدة المياه تمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة من الصرف الصحي .

ليس من الضروري ارتداء نظارات الحماية داخل مواقع العمل .

يجب توفير التهوية المناسبة في مواقع عمل السباكون .

يستخدم حمض الستريك لحفظ المربي .

تعقيم برطمانات تعبئة المربي قبل تعبئتها أمر ضروري .

درجة حرارة 80 مئوية هي أفضل درجات نمو البكتيريا المفيدة .

يجب حفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في حاويات معقمة .

قامت السيدة روزم مورتون بتصوير حياتها كمرضة خلال جائحة كورونا .

الفشار والمكسرات يعدان أحد البدائل الغذائية الصحية .

لم تتمكن السيدة روزم مورتون من اتباع الإجراءات الاحترازية خلال جائحة كورونا .

عند تنسيق الأزهار يجب مراعاة أم تكون سيقان الأزهار متماسكة .

إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية قد يسبب تدمير الزهور .

انتاج ملابس جديدة يتسبب في استهلاك كميات هائلة من الطاقة .

يمكن استخدام العلامات التجارية للترويج للأعمال .

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق





# كيفية طباعة صفحات معينة من ملف معين مثلا ازاي نطبع الصفحات من صفحة 4 الى صفحة 9





حمل الآن

مجاناً وحصرياً

# المراجعة رقم (2)

## الترم الثاني





## مقرر اختبار آخر العام

### الملخص

#### الحروق



- هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي.

#### أنواع الحروق



- ١ **الحروق من الدرجة الأولى:** بسيطة وتسبب احمرارًا.
- ٢ **الحروق من الدرجة الثانية:** أكثر ألمًا ويصاحبها ظهور التقرحات.
- ٣ **الحروق من الدرجة الثالثة:** شديدة الخطورة وتتطلب العلاج في المستشفى.

#### الإسعافات الأولية للحروق البسيطة



- ١ ضع كريم أو مرهم الحروق.
  - ٢ لف شاشًا خاصًا بالحروق.
  - ٣ استشارة الطبيب.
- عند حدوث حرق بسبب أشعة الشمس من الضروري أخذ حمام بارد.
  - أزل أي إكسسوارات في منطقة الحرق.
  - لا تستخدم العلاجات المنزلية مثل معجون الأسنان أو الليمون.
  - تحدث الصدمات الكهربائية عند اللمس المباشر للتيار الكهربائي.
  - يجب استخدام مادة غير موصلة للكهرباء مثل عصا خشبية لإيقاف التيار الكهربائي.
  - رقم الإسعاف (١٢٣).

#### من الإسعافات الأولية في حالات الصدمات الكهربائية:

- إجراء إنعاش قلبي رئوي للمصاب.
- من أصحاب المهن الأكثر عرضة للإصابة بالحروق:
- عمال اللحام، عمال النظافة، عمال الكهرباء.



## من إجراءات السلامة لتجنب الحروق



- ارتداء ملابس واقية.
- يجب على السباكين استخدام سلالم أو سقالات مناسبة لتجنب السقوط.
- تستخدم القفازات لحماية اليدين من المواد الكيميائية.
- تستخدم الأقنعة لتجنب استنشاق الغبار والأبخرة.
- النظارات الواقية لحماية العينين.
- الأحذية الواقية لتجنب الانزلاق.
- لا بد من إبقاء لهب مشعل البروبان على مسافة بعيدة.
- تنظيف وترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر التعثر.
- تهدف مصيدة المياه إلى جمع المياه في مكانها مما يمنع انتشار الغازات الكريهة.

## المربى



- هي خليط مكون من ثمار الفاكهة أو بعض الخضراوات.
- تطهى المربى على ١٠٥ درجات مئوية.
- تعتبر المربى مصدرًا جيدًا للفيتامينات والأملاح المعدنية ومصدرًا للطاقة.
- تعد المربى من إحدى طرق حفظ الفواكه.
- يستخدم البكتين لتماسك قوام المربى.
- يستخدم حامض الستريك لحفظ المربى (٥ جم لكل كجم من السكر المضاف إلى المربى).
- يجب علينا تعقيم البرطمانات جيدًا.
- تعبأ المربى وهي ساخنة في البرطمانات وتترك حتى تبرد ثم تغلق بإحكام.
- اتبع تعليمات السلامة عند التعامل مع المربى الساخنة.

## اللبن الزبادي



- مصدر جيد للبروتين الحيواني ويمدنا بالكالسيوم.
- اللبّن الزبادي من الوجبات الخفيفة التي يمكن تناولها على الفطور أو العشاء.
- اللبّن الزبادي هو لبن مخمر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك وهي بكتيريا مفيدة للجهاز الهضمي.



## صناعة اللبن الزبادي

- (التسخين - التبريد - إضافة بادتات التخمر - التحضين - الحفظ).
- يسخن اللبن إلى ٩٠ درجة مئوية.
- يبرد اللبن بسرعة لتصل حرارته إلى ٤٠ درجة مئوية.
- بادتات التخمر هي الزبادي من يوم سابق.
- يجب أن يحفظ الخليط في درجة حرارة تتراوح ما بين (٤٠ و ٤٥) درجة مئوية لمدة ٤ - ٨ ساعات.
- يحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلقة.

## من المشكلات التي يمكن أن تحدث أثناء عملية صنع الزبادي

- (الطعم اللاذع للزبادي، القوام غير المتماسك، تشريش الزبادي).

## من أضرار المشروبات الغازية

- (السمنة، تسوس الأسنان، هشاشة العظام).
- تعد السكريات الموجودة في المشروبات الغازية ضارة وتؤدي إلى مشكلات صحية منها (السمنة ، مرض السكري من النوع الثاني، ارتفاع ضغط الدم).
- المشروبات الغازية الدايت لا تعد الخيار الصحي المناسب.
- استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة الشهية.
- يعيق حمض الفوسفوريك الموجود في المشروبات الغازية عملية امتصاص الكالسيوم.
- المشروبات الغازية خالية من الفيتامينات والمعادن والبروتينات والألياف.
- تعد المشروبات الغازية من أكثر المشروبات شيوعاً في العالم.

## الوجبات السريعة

- تحتوي على الكثير من الدهون والسكر والملح.
- من الوجبات المنزلية اللذيذة والمفيدة للجسم: الكبدة الإسكندراني.



## من أسباب إقبال الشباب على الوجبات السريعة



- ١ ظهور سلاسل مطاعم الوجبات السريعة.
- ٢ ظهور أكشاك ومطاعم الوجبات السريعة.
- ٣ ظروف العمل الصعبة.

## من أضرار الوجبات السريعة



- (زيادة الوزن، سوء التغذية، ارتفاع مرض السكري، ضغط الدم، أمراض الكبد الدهني، فقر الدم، تأخر النمو).
- المناظرة هي عبارة عن تبادل الآراء والحجج.

## من مصادر البحث



- (المكتبات، شبكة الإنترنت، بنك المعرفة المصري).

## المناظر الكفاء



- هو ذلك الذي يكون على استعداد للرد على حجج الطرف المقابل.
- يجب علينا قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية ومقارنة قيمتها الغذائية بالمعلبات الأخرى.

## من بدائل الوجبات السريعة



- ١ الأطعمة المشوية أو المطهوه بالبخار بدلاً من الأطعمة المقلية بالزيت.
- ٢ الفاكهة مع الزبادي أو الفواكه المجففة بدلاً من الحلوى والمعجنات.
- ٣ الفيشار أو المكسرات بدلاً من رقائق الذرة والبطاطس.

## من النكهات اللذيذة للأطعمة الصحية



- إضافة الأعشاب والتوابل والثوم والبصل.
- من الأطباق التي تشتهر بها منطقة الدلتا: طبق المحشي.



- من الأطباق التي تشتهر بها منطقة الصعيد: طبق الويكا والكشك الصعيدي.
- من الأكلات السيناوية: طبق المندي.
- من الأطباق الساحلية: طبق الصيادية.

### أخصائي التغذية



- هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز على مجال التغذية والحالات الصحية المرتبطة بها.

### الترويج للسياحة عبر المسرح

- تسهم المسرحيات في الترويج للسياحة عبر مشاهد ممتعة ومشوقة وهادفة.

### مراحل الإعداد المسرحي



- ٤ تأليف السيناريو.
  - ٥ تشكيل فريق العمل.
  - ٦ بروفات المسرحية.
  - ٧ العرض المسرحي.
  - ٨ تقديم العرض على خشبة المسرح.
- يمكننا صناعة الأزياء الخاصة بالمسرحية من (قصاصات الورق، النسيج الملون).
  - يمكننا بناء الديكور من شرائح الكرتون.

### من اعتبارات السلامة على خشبة المسرح:

- ١ عدم وجود أسلاك على الأرض.
- ٢ تركيب الديكور بالشكل الصحيح.
- ٣ عدم سطوع إضاءة المسرح في عيون الحضور.

### السيدة صفية زغلول



- تزوجت من القاضي المصري سعد زغلول باشا.



- ركزت على حقوق المرأة.
- قادت المتظاهرين في ثورة ١٩١٩
- لُقبت بأم المصريين.
- من صفاتها الذكاء.
- سُميت بعض الشوارع في القاهرة والإسكندرية على اسمها.
- حُول منزل آل زغلول المعروف بـ(منزل الأمة) إلى متحف.

### روزم مورتن



- السيدة روزم مورتن تعمل بقسم الجراحة بالولايات المتحدة الأمريكية.
- يتولى ممرضو غرف الطوارئ رعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية.
- يتلقى العاملون في مجال التمريض تدريباً لكي يتمكنوا من تقديم الإسعافات الأولية.
- تقدم السيدة مورتن نصائح للشباب منها اتباع نمط حياة سليم وصحي.
- عندما يمر شخص بحالة حرجة يعيق فيها جسم غريب مجرى الهواء فعليه الذهاب للمستشفى واللجوء لقسم الجراحة.

### أنواع المهارات



١ مهارات فنية.

٢ مهارات شخصية.

#### من المهارات الفنية:

- (إتقان تقنيات حياكة الملابس – تحديد النباتات المناسبة في تنسيق الحدائق).

#### من المهارات الشخصية:

- (التفكير التحليلي والإبداعي، المرونة، التجارب الحياتية).
- **العمل التطوعي:** يعتبر فرصة لاكتساب مهارات وخبرات قيمة وتحقيقاً للمواطنة المسؤولة.



## فن تنسيق الأزهار



- فائدة الأعناق الطويلة للأزهار: تخزين الغذاء بداخلها.
- من خامات وأواني تنسيق الأزهار (الكريستال، الخشب، الزجاج، الخزف).
- يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار لأنها سريعة التعفن.
- يمد السكر الأزهار بالطاقة.
- يتم قطع ساق الزهرة قطعًا مائلًا لزيادة امتصاص الماء.
- من الأزهار المخصصة للقطف: الورد.

## طرق تنسيق الأزهار



١ التنسيق المتناظر.

٢ التنسيق غير المتناظر.

٣ التنسيق الرأسي.

## فن التطريز



- يمكننا إعادة تدوير ملابسنا القديمة بدلًا من شراء ملابس جديدة توفيرًا للمال.
- يمكننا إعادة التدوير بواسطة تطريزات ملونة.
- تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك توت عنخ آمون.
- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب لصنع القطع المهمة.
- هناك بعض التصميمات مستوحاة من الطبيعة مثل الأزهار وأوراق الأشجار.
- من أنواع الغرز (السراجة، البطانية، الفرع، السلسلة، الحشو).
- يمكننا تطريز (التابلوهات، أغطية الوسائد، مفارش المائدة، الملابس).
- استخدام الخيوط الملونة والغرز المختلفة يُضفي التنوع على التصميم.

## صناعة فانوس



- تستخدم الفوانيس للاحتفال بحلول شهر رمضان المبارك.



- يمكننا صناعة فانوس من الخشب يغلف أطرافه القماش.

### الأدوات اللازمة لصناعة الفانوس:



- (المنشار، مسدس الشمع، قطع خشب صغيرة، القماش).
- يتم تجميع أجزاء الفانوس بالغراء.
- تعتبر الأشكال الهندسية أحد التصميمات المصرية التقليدية من وجهة نظر معاصرة.
- تعتبر الرسوم القديمة للطيور والأزهار مستوحاة من الطبيعة.
- تستخدم غرزة الفرع لتحديد خطوط التصميم.
- تستخدم غرزة الحشو لملء الفراغات.
- يجب الحرص على التقيد باحتياطات الأمن والسلامة أثناء العمل.

### الترويج لابتكارك



- تعد زهرة اللوتس رمزًا للعباء وهو ما يناسب العمل الخيري.
- تلعب المدرسة دورًا هامًا في تنظيم فعاليات المعرض المدرسي.

### تصميم مكان للعرض



- ١ تحديد حجم الكشك.
- ٢ استخدام الرفوف.
- ٣ استخدام اللافتات أو غطاء طاولة لإخفاء الفوضى.
- ٤ تلقي المقترحات والملاحظات.

### د/ أحمد مستجير



- ولد في قرية الصلاحيات بمركز بني عبيد في محافظة الدقهلية.
- حصل على البكالوريوس من كلية الزراعة جامعة القاهرة.
- حصل على الدكتوراه من جامعة إدنبرة في بريطانيا.
- حشد جهوده في استنباط أنواع جديدة من المحاصيل.



## مراجعة الأستاذ لنهاية العام

- من إنجازاته مشروع زراعة الفقراء.
- استنبط سلالات من القمح والأرز تتحمل درجات عالية من الملوحة والجفاف.
- حصل على العديد من الجوائز منها:

- ١ جائزة الدولة التقديرية للعلوم والزراعة.
- ٢ وسام العلوم والفنون من الطبقة الأولى.
- ٣ جائزة مبارك في العلوم والتكنولوجيا المتقدمة.

## السيدة ريبيكا هوى

- رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوغرافيك.
- حاصلة على بكالوريوس في إدارة الأعمال.

## فكرة ريبيكا هوى المبتكرة

- مساعدة الفنانين في المجتمعات حول العالم على تسويق تصاميمهم والحصول على عائد مادي مستدام.
- أنشأت موقعًا إلكترونيًا يتيح للفنانين عرض تصاميمهم.
- العمل كمنصة تسهل عملية العثور على تصاميم فنية.

## كيف تصبح رائد أعمال؟

- ١ حدد مجال عملك.
  - ٢ حدد شريحة العملاء المستهدفة.
  - ٣ حدد المنتج أو الخدمة.
  - ٤ تأمين ما تحتاجه.
- من المشاريع الصغيرة: بيع منتجات خشبية عبر الإنترنت مثل (الفوانيس)



حمل الآن

مجانا وحصريا

# المراجعة رقم (3)

## الترم الثاني





### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الأول : السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تصيب حروق الشمس طبقة الأدمة. ( )
- ٢- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس لا يفضل أخذ حمام بارد. ( )
- ٣- علينا الإتصال بالإسعاف في حالة الحروق من الدرجة الثالثة. ( )
- ٤- لعلاج الحروق البسيطة ضع كريم أو مرهم الحروق على الجزء المصاب. ( )
- ٥- تعتبر الحروق من الدرجة الثالثة هي الأشد حيث تدمر جميع طبقات الجلد. ( )
- ٦- عند الإصابة بالحروق البسيطة يجب الاتصال برقم ١٢٣. ( )
- ٧- لا يجب لمس شخص مازال على اتصال مباشر بالتيار الكهربائي. ( )
- ٨- الحروق من الدرجة الثالثة بسيطة. ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- في حالة الصدمات الكهربائية يجب علينا .....  
(أ) عدم لمس المصاب (ب) فصل التيار الكهربائي (ج) عدم لمس مصدر التيار مباشرة (د) جميع ما سبق
- ٢- تتأثر الطبقة الخارجية فقط من الجلد بالحروق من الدرجة .....  
أ- الأولى (ب- الثانية (ج- الثالثة (د- الرابعة
- ٣- يجب عمل إذا ..... وجد المصاب صعوبة في التنفس .  
أ - إنعاش قلبي (ب- كمادات (ج- علاج منزلي (د- جبيره
- ٤- تحتوى حقيبة الاسعافات الأولية على .....  
أ- الادوية (ب- المياه (ج- الطعام (د- المخبوزات
- ٥- تصاحب حروق الدرجة ..... ظهور تقرحات وخطر الإصابة بالعدوى  
أ- الأولى (ب- الثانية (ج- الثالثة (د- لاشئ مما سبق
- ٦- في حالة فقد شخص وعية نتيجة صدمة كهربائية يمكن اسعافه عن طريق .....  
أ- معجون الاسنان (ب- مرهم الحروق (ج- الانعاش القلبي (د- لاشئ مما سبق
- ٧- قد تظهر مع حروق الدرجة الثانية بعض .....  
أ- الجروح (ب- التقرحات (ج- الخدوش (د- الكسور



٨- تتطلب الحروق من الدرجة الثالثة العلاج في .....

أ- المنزل ب- المدرسة ج- المستشفى د- الطريق

٩- عند الإصابة بالحروق نضع ..... على مكان الحرق .

أ- معجون اسنان ب- ليمون ج- حمض الليمونيك د- كريم الحروق

١٠- يجب ارسال الشخص المصاب بحروق ..... الى المستشفى

أ- الشمس ب- كهربائية ج- بسيطة د- لاشئ مما سبق

١١- تتأثر الطبقة ..... من الجلد بجميع انواع الحروق

أ- الأدمة ب- العميقة ج- الثالثة د- الأولى

١٢- في حالة الصدمات الكهربائية، يجب إيقاف التيار بأداة .....

أ- حديدية ب- خشبية ج- معدنية د- نحاسية

١٣- تسبب حروق ..... تدمير جميع طبقات الجلد

أ- الشمس ب- الدرجة الثانية ج- الدرجة الثالثة د- البسيطة

١٤- عند التعرض لصدمة كهربائية يجب فصل التيار الكهربائي باستخدام .....

أ- طفاية الحريق ب- قضيب معدني ج- قطعة خشبية د- سكب الماء

١٥- تعتبر الحروق من الدرجة ..... هي الأشد خطورة حيث تتطلب العلاج بالمستشفى.

أ- الأولى ب- الثانية ج- الثالثة د- البسيطة

١٦- عند الإصابة بحروق بسيطة بسبب أشعة الشمس يجب أخذ حمام بارد لـ ..... الحرق.

أ- سوء ب- تهدئة ج- سرعة د- أصابة

١٧- يجب إجراء ..... الأولية عند التعرض للحروق والصدمات الكهربائية.

أ- الأسعافات ب- الأصابات ج- التعريفات د- الخطوات

١٨- الاصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية تسمى .....

أ- الكدمات ب- الحروق ج- التسمم د- الكسور

١٩- حروق الدرجة ..... أكثر ايلاماً وتؤثر علي الطبقة الأولى والثانية من البشرة

أ- الأولى ب- الثانية ج- البسيطة د- الكثيرة

٢٠- يجب عدم استخدام ..... عند التعرض للحروق.

أ- المرهم ب- المعجون ج- الكريم د- الشاش



### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثاني : إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السبابة

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- نحرص على ترتيب أماكن العمل للحماية من التعثر. ( )
- ٢- ارتداء الأقنعة يحمي السباك من التعثر في أماكن العمل. ( )
- ٣- تساعد النظارات الواقية على حماية العينين من تناثر السوائل وتسقط الحطام . ( )
- ٤- تعيق قفازات السبابة اليدين من العمل وسرعة الأداء ولا تحمي السباك المواد الكيميائية. ( )
- ٥- تحمي القفازات اليدين من المواد الكيميائية والحروق والحوادث للسباكين. ( )
- ٦- من أجل تجنب الإصابة بالحروق يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة . ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- لحماية السباك من الأبخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء .....  
أ) احذية السلامة      ب) الخوذة الواقية      ج) أقنعة الحماية      د) القفازات
- ٢- يرتدى السباك القفازات للحماية من .....  
أ- الأبخرة      ب- الحروق      ج- التعثر      د- السقوط
- ٣- عند الحفر يرتدي السباك القناع للحماية من .....  
أ- الحروق      ب- الصدمات      ج- الغرق      د- الغبار
- ٤- يجب ارتداء ..... بالمواقع الصناعية يجب ارتداء؟  
أ- القفازات      ب- الخوذات      ج- الملابس الأنيقة      د- النظارات الشمسية
- ٥- ترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر .....  
أ- التعثر والسقوط      ب- استنشاق الأبخرة      ج- الحريق      د- الغرق
- ٦- قد يتعرض السباك لخطر الحرق بسبب .....  
أ- الانابيب الساخنة      ب- السقالات      ج- نظارات السلامة      د- القفازات
- ٧- يرتدي السباك القناع للحماية من .....  
أ- الحروق      ب- الصدمات      ج- الغبار      د- الحوادث
- ٨- ..... يرتديها السباك لتجنب الانزلاق.  
أ- النظارات الواقية      ب- الاحذية الواقية      ج- الكمادات      د- الاقنعة



- ٩- يتعرض..... للابخرة والمواد الخطرة بمياه الصرف الصحي .
- أ- المهندسون ب- السباكون ج- النجارون د- المعلمون
- ١٠- من مخاطر أعمال السباكة استنشاق الأبخرة والمواد الكيميائية الموجودة في .....
- أ- مياه الشرب ب- مياه الصرف الصحي ج- مياه الأمطار د- عوادم السيارات
- ١١- استخدام مشعل البروبان قد يعرض السباكون لخطر .....
- أ) التعرض للحرق ب) السقوط والتعثر ج) استنشاق الأبخرة د) الكسر
- ١٢- يجب على السباكون استخدام السقالات والسلام المناسبة للوقاية من .....
- أ) الأمراض ب) السقوط من أعلى ج) الحروق د) الغرق
- ١٣- لحماية السباكون من الأبخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء .....
- أ) أحذية السلامة ب) الخوذات الواقية ج) أقنعة الحماية د) لاشئ مما سبق
- ١٤- من اصحاب المهن الأكثر عرضة للاصابة بالحروق .....
- أ- المعلمون ب- المحامون ج- الكتاب د- السباكون
- ١٥- يجب علي السباكين ارتداء..... لحماية اليدين من المواد الكيميائية و الحروق.
- أ- الخوذات ب- القفازات ج- الأقنعة د - الأحذية
- ١٦- من المخاطر التي يتعرض لها السباك أثناء العمل.....
- أ - السقوط والأنزلاق ب - استنشاق الغبار ج - المياه الساخنة د - جميع ما سبق
- ١٧- من قواعد السلامة .....ترتيب المكان والأدوات المستخدمة في العمل.
- أ - المهنية ب - المنزلية ج - المدرسية د - الصحية
- ١٨- يجب علي السباك ارتداء..... لحماية اليدين من الحروق والمواد الكيميائية
- أ - القفازات ب - النظارات ج - الأحذية د - الخوذات
- ١٩- يجب علي السباك استخدام ادواته ب..... لتقليل المخاطر التي يتعرض لها
- أ - عناية ب - اهمال ج - كسل د - كثرة
- ٢٠- يجب علي السباك ارتداء..... الواقية في المناطق الصناعية
- أ - الخوذات ب - القمصان ج - الساعات د - الأزياء



## المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثالث : المربي

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تتترك المربي بعد تعبئتها في البرطمان حتى تبرد ثم تُغلق بإحكام. ( )
- ٢- عند تحضير برطمانات المربي دعهما تغل لمدة عشر دقائق قبل تعبئتها. ( )
- ٣- عند تصنع المربي يجب ازالة الأجزاء غير الصالحة من الفلكهة . ( )
- ٤- يجب ازالة الأجزاء التالفة من الفواكه والخضراوات عند اعداد خليط المربي ( )
- ٥- يمكن استخدام بعض الخضراوات في صناعة المربي. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يضاف مقدار ٥ جرامات " ملعقة صغيرة " من ..... لكل كيلو جرام سكر لحفظ المربي .  
 أ) البكتين      ب) الكربونات      ج) حمض الستريك      د) ملح الطعام
- ٢- أثناء صناعة المربي تكون درجة الحرارة المستخدمة .....  
 أ- عاليه      ب- هادئه      ج- مرتفعه      د- كبير
- ٣- اخر مراحل صناعة المربي هي .....  
 أ- تحضير المكونات      ب- وضع السكر      ج- التعليب      د- خلط المكونات
- ٤- قبل صناعة المربي يجب التخلص من أجزاء الفلكهة .....  
 أ- الطازجة      ب- المتعفنة      ج- الصالحة      د- الجيدة
- ٥- يستخدم حمض ..... في صناعة المربي  
 أ- الستريك      ب- الخليك      ج- الكبريتيك      د- اللاكتيك
- ٦- لضمان عدم فساد المربي نقوم بـ ..... البرطمانات.  
 أ- كسر      ب- تعقيم      ج- مسح      د- تبريد
- ٧- ..... هي خليط من ثمار الفلكهة والسكر وحمض الستريك .  
 أ- الزبادي      ب- الخضراوات      ج- المربي      د- العصير
- ٨- يضاف ..... كمادة حافظة للمربي.  
 أ- البكتين      ب- السكر      ج- الملح      د- حمض الستريك
- ٩- للحفاظ على المربي فترة طويله دون فساد نضيف .....  
 أ- حمض الستريك      ب- البكتين      ج- حمض الخليك      د- الملح



- ١٠- تعتبر المربي مصدرا ..... للفيتامينات والأملاح المعدنية.
- (أ) جيدا (ب) سيئا (ج) ضعيفا (د) قليلا
- ١١- عند صناعة المربي نضيف ..... سكر لكل كجم من ثمار الفلكهة.
- (أ) كيلو واحد (ب) ٢ كيلو (ج) نصف كيلو (د) ٥ كيلو
- ١٢- تحتوي فلكهة ..... على نسبة عالية من البكتين.
- (أ) البرتقال (ب) الموز (ج) التفاح (د) القمح
- ١٣- يجب إذابة ..... في الماء الدافئ قبل إضافته للمربي
- أ- الفلكهة ب- حمض الستريك ج- مادة البكتين د- الدقيق
- ١٤- تعتبر المربي مصدرا جيدا لـ .....
- أ- الفيتامينات ب- الأملاح ج- البروتينات د- الدهون
- ١٥- لزيادة تماسك المربي يتم أضافه .....
- أ- السكر ب- البكتين ج- الملح د- العصير
- ١٦- تطهي المربي عند درجة حرارة ..... حتي يتماسك قوامها
- أ- ١٠٥ ب- ١٠٠ ج- ٩٠ د- ١٢٠
- ١٧- المربي عبارة ع خليط من ثمار الفلكهة مضاف اليه .....
- أ- السكر وحمض الستريك ب- الماء والأملاح ج- الخل والماء د- اللمون فقط
- ١٨- يجب أن تعبأ المربي وهي .....
- أ- باردة ب- مثلجة ج- ساخنه د- مغلية
- ١٩- عند صناعة المربي يضاف ..... لحفظ المربي من التلف.
- أ- السكر المحلي ب- العصير الطازج ج- حمض الستريك د- الماء الساخن



### المحور الثالث: المحور الثالث: أسئلة الموضوع الرابع : اللبن الزبادي

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- البكتريا التي تخمر اللبن الزبادي هي بكتيريا ضارة للجهاز الهضمي. ( )
- ٢- مرحلة التحضين تعطي الزبادي وتمنحه قوامه السميك. ( )
- ٣- في المصنع، يتم سكب الزبادي في عبوات بلاستيكية. ( )
- ٤- تشريش الزبادي يكون بسبب طول مدة التحضين. ( )
- ٥- يعد اللبن الزبادي مصدراً جيداً للبروتين والكالسيوم. ( )
- ٦- يعمل تبريد اللبن الزبادي على تجنب نمو البكتيريا الضارة والميكروبات. ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- تحول البكتريا سكر ..... باللبن إلى حمض اللاكتيك المفيد للجهاز الهضمي
  - أ) اللاكتوز ب) السكروز ج) الفركتوز د) الجلوكوز
- ٢- لقتل الميكروبات الضارة في اللبن يتم تسخين عند درجة حرارة ..... درجة مئوية .
  - أ- ٩٠ ب- ٦٠ ج- ٤٠ د- ١١٠
- ٣- يعد اللبن الزبادي لبناً متخمراً بأنواع من .....
  - أ- الجراثيم ب- البكتريا ج- الفطريات د- الطحالب
- ٤- اللبن الزبادي عبارة عن لبن .....
  - أ- مثلج ب- ملوث ج- متخمّر د- متعفن
- ٥- يعتبر اللبن الزبادي مصدراً جيداً .....
  - أ- البروتين ب- الكالسيوم ج- الاثنان معاً د- لاشئ مما سبق
- ٦- البكتيريا المستخدمة في صناعة الزبادي تفيد الجهاز .....
  - أ- العصبي ب- الدوري ج- التنفسي د- الهضمي
- ٧- من اسباب الطعم اللازع للزبادي ..... فترة التحضين.
  - أ- قصر ب- إطالة ج- - انخفاض د- غير ذلك
- ٨- يختمر اللبن الزبادي بإضافة ..... منذ يوم سابق.
  - أ- الفكهة ب- العسل ج- السكر د- الزبادي



- ٩- تعمل عملية على تحسين القوام النهائي للبن .....
- أ- التبريد      ب- التحضين      ج- التعليب      د- البسترة
- ١٠- يعد الزبادي مصدراً جيداً لـ .....
- أ- الأملاح      ب- النحاس      ج- البروتين      د- السكريات
- ١١- اللبن والزبادي مصدر جيد لـ .....
- أ- الحديد      ب- الدهون الضارة      ج- الكالسيوم      د- الفسفور
- ١٢- ..... يعتبر مصدراً جيداً للبروتين والكالسيوم.
- أ) اللحمه      ب) اللبن      ج) العربي      د) الفلكهة
- ١٣- يعتبر اللبن الزبادي من الوجبات .....
- أ - الضارة      ب - الخفيفة      ج - الساخنة      د - المعقدة
- ١٤- يصبح طعم لبن الزبادي حمضي اذا زادت فترة .....
- أ - التسخين      ب - التحضين      ج - الحفظ      د - التبريد
- ١٥- يعد اللبن ..... عبارة عن لبن مخمر بأنواع من بكتيريا حمض اللاكتيك
- أ - الساخن      ب - الزبادي      ج - العادي      د - البارد
- ١٦- يعتبر اللبن الزبادي مصدراً هماً لـ .....
- أ- البروتينات      ب - السكريات      ج - الدهون      د - الأملاح
- ١٧- تعتبر بكتيريا حمض اللاكتيك مفيدة للجهاز .....
- أ - الدوري      ب - الهضمي      ج - التنفسي      د - العصبي
- ١٨- عند صناعة اللبن الزبادي يجب تسخين اللبن أولاً عند درجة حرارة ٩٠ لـ ..... الميكروبات
- أ - زيادة      ب - قتل      ج - ظهور      د - نمو



### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الخامس : المشروبات الصحية بديل للمشروبات غير الصحية

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- لا تسبب المشروبات الغازية في زيادة الوزن. ( )
- ٢- ارتفاع مستويات السكر في الدم يتسبب بمرض السكري. ( )
- ٣- تعد المشروبات الغازية الدايت ليست الخيارا الصحيا البديل للمشروبات الغازية. ( )
- ٤- للمحليات الصناعية بديل السكر تأثير مفيد على البكتريا المفيدة في الجهاز الهضمي. ( )
- ٥- تخلو المشروبات الغازية من الفيتامينات . ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعيق ..... الموجود في المشروبات الغازية إمتصاص الجسم للكالسيوم .  
أ- السكر                      ب- المحليات الصناعية                      ج- حمض الفسفوريك                      د- البروتين
- ٢- تحتوى المشروبات الغازية على كميات عالية من .....  
أ- الألياف .                      ب- المعادن                      ج- البروتينات                      د- السكريات
- ٣- الافراط في تناول السكريات يصيب بـ ..... التغذية  
أ- سوء                      ب- حسن                      ج- زيادة                      د- صحة
- ٤- يعيق ..... امتصاص الجسم للكالسيوم.  
أ- السكر                      ب- المحليات الصناعية                      ج- البروتين                      د- الفيتامينات
- ٥- تخلو ..... من الفيتامينات والمعادن والبروتينات.  
أ- الزبادي                      ب- المشروبات الغازية                      ج- الفلكه                      د- العسل
- ٦- تسبب السكريات الموجودة بالمشروبات الغازية ارتفاع مستوى ..... بالدم.  
أ- الفيتامينات                      ب- الألياف                      ج- البروتينات                      د- الانسولين
- ٧- تضر المشروبات الغازية الدايت بالبكتريا المفيدة بالجهاز .....  
أ- العصبي                      ب- الهضمي                      ج- التنفسي                      د- الحركي
- ٨- المشروبات الغازية تعمل على زيادة .....  
أ- الحرارة                      ب- الصحة                      ج- الفائدة                      د- الشهية



٩- تتأثر صحة العظام وامتصاص الكالسيوم في الجسم بتناول .....

أ- البروتينات ب- حمض الفوسفوريك ج- حمض الاكتيك د- الكربوهيدرات

١٠- تحتوي المشروبات ..... على مكونات ضارة بالجهاز الهضمي .

أ- الطازجة ب- الصحية ج- الغازية د- الطبيعية

١١- تعمل المشروبات الغازية على الإضرار بصحة .....

أ- الرئتين ب- الجلد ج- العضلات د- العظام

١٢- من الآثار السلبية للمشروبات الغازية .....

أ- فقدان الشهية ب- فقدان الوزن ج- السمنة د- زيادة التركيز

١٣- من أضرار المشروبات الغازية .....

أ- السمنة ب- تسوس الأسنان ج- هشاشة العظام د- جميع مسبق

١٤- تتسبب السكريات الموجودة في المشروبات الغازية الى ارتفاع مستوى ..... في الدم.

أ- السكر ب- الملح ج- البروتين د- الفيتامينات

١٥- يجب استبدال المشروبات الغازية بـ .....

أ- المشروبات السكرية ب- العصائر الطبيعية ج- المشروبات الدايت د- العصائر الصناعية

١٦- تؤثر المشروبات الغازية على صحة .....

أ- العيون ب- الجلد ج- العظام د- الفم

١٧- الإفراط في تناول المشروبات ..... يؤدي الى سوء التغذية

أ- الغازية ب- الصحية ج- المثلجة د- الساخنة

١٨- المشروبات ..... خالية من الفيتامينات والمعادن المفيدة للجسم

أ- الباردة ب- الغازية ج- الطبيعية د- الصحية

١٩- المشروبات الغازية الدايت ..... اختياراً مفيداً للصحة

أ- دائماً ب- ليست ج- غالباً د- أكيد

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع السادس : الوجبات السريعة

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- في الماضي الجميل عند إعداد الوجبات المميزة يتم تناولوها مع الأسرة في المناسبات . ( )
- ٢- وجبات الماضي كانت لا تراعي الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو. ( )
- ٣- الكبد، يُعد مصدرا غنياً ب البروتين فقط. ( )
- ٤- يعتبر الكبد غني ب الفيتامينات C ، E ، A ، K1 وحمض الفوليك، والبوتاسيوم. ( )
- ٥- تناول الوجبات الصحية يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية. ( )
- ٦- المناظر الكفو هو الذي يكون على استعداد للرد على حجج الطرف المقابل. ( )
- ٧- تحتوي الوجبات السريعة على الكثير من الدهون والسكريات والملح. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يصاب الأطفال بفقر الدم نتيجة نقص .....  
أ- النحاس      ب- الحديد      ج- فيتامين a      د- الدهون
- ٢- زادت نسبة المصابين بالسمنة بسبب كثرة تناول .....  
أ- الفاكهة      ب- الخضراوات      ج- الوجبات السريعة      د- الطعام الصحي
- ٣- اكتسبت مطاعم الوجبات السريعة شعبية بسبب .....  
أ- التكلفة المناسبة      ب- التكلفة العالية      ج- المكونات الصحية      د- قيمته الغذائية
- ٤- البقاء طويلا في امكن العمل يزيد من الطلب على الوجبات .....  
أ- الصحية      ب) السريعة      ج) المنزلية      د- الطبيعية
- ٥- اكتسبت الوجبات ..... شعبية كبيرة من خلال تقديمها بسعر منخفض بالمطاعم المصرية  
أ) الاسيوية      ب) المنزلية      ج) السريعة      د) الصحية
- ٦- ساهمت الواجبات السريعة فى زيادة إنتشار أمراض .....  
أ- الدرن      ب- الكبد الدهني      ج- الأنفلونزا      د- الكورونا
- ٧- ساعد على زيادة استهلاك الوجبات السريعة انتشار .....  
أ- المدارس      ب- المستشفيات      ج- نوادي الالعاب الرياضية      د- مطاعم الوجبات السريعة
- ٨- تعتبر الوجبات السريعة سبب رئيسي لـ .....  
أ- السمنة      ب- سوء التغذية      ج- كل ما سبق      د- لاشئ مما سبق



٩- نفتقر الوجبات السريعة إلى .....

أ- الدهون ب- الكربوهيدرات ج- الفيتامينات د- السكريات

١٠- نفتقر الوجبات السريعة لبعض العناصر الغذائية مثل ..... مما يؤدي لانتشار الانيميا .

أ- الحديد ب- النحاس ج- الكالسيوم د- البروتين

١١- يسبب نقص معدن الحديد مرض .....

أ- الانيميا ب- السكري ج- هشاشة العظام د- السمنة

١٢- احدى الاطعمة التالية لا تعتبر من الوجبات السريعة .....

أ- البيتزا ب- الهمبرجر ج- الكبد الاسكندراني د- الشاورما

١٣- للحفاظ على الصحة يجب تجنب اعداد الطعام ب .....

أ- الشوي ب- البخار ج- القلي د- الفرن

١٤- تتميز الوجبات ..... باحتوائها على جميع العناصر الغذائية

أ- السريعة ب- المنزلية ج- المقلية د- الجاهزة

١٥- يحتاج الرياضيون الى وجبات .....

أ- سريعة ب- صحية ج- دهنية د- مقلية

١٦- يؤدي تناول الوجبات ..... الى سوء التغذية

أ- السريعة ب- المنزلية ج- الصحية د- البطيئة

١٧- تتسبب الوجبات السريعة بمرض فقر الدم بسبب نقص عنصر .....

أ- الحديد ب- الكالسيوم ج- اليود د- الزنك

١٨- تحتوي الوجبات السريعة على نسبة كبيرة من .....

أ- الألياف ب- الدهون ج- الفيتامينات د- المعادن

١٩- يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات .....

أ- المقلية ب- الدهنية ج- الجاهزة د- الصحية

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع السابع : البدائل الصحية للوجبات السريعة

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. تحتوي الوجبات الصحية على نسبة عالية من الدهون، والسكريات والملح. ( )
٢. يجب قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية لمقارنة قيمتها الغذائية بالمعلبات الغذائية الأخرى. ( )
٣. تعد الملوخية من الأطباق ذات القيمة الغذائية العالية، ( )
٤. تعد رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم. ( )
٥. يستخدم الدقيق الأبيض لصنع مخبوزات صحية. ( )
٦. تحتوى الحلويات والمعجنات على نسبة عالية من السكر لذلك يعتبر غذاء صحي. ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعد الفول مصدراً غنياً للحصول على .....  
 (أ) الدهون والبروتين (ب) البروتين والألياف (ج) السكر والألياف (د) الكربوهيدرات والألياف
- ٢- إحدى الوجبات الخفيفة غير الصحية .....  
 (أ) الفواكه المجففة (ب) الحلويات (ج) الشوفان باللبن (د) الترمس
- ٣- تحتوى الوجبات الصحية على كمية كبيرة من .....  
 (أ) الملح (ب) النشويات (ج) الفيتامينات (د) السكر
- ٤- الأطعمة السريعة تحتوى على نسبة عالية من .....  
 (أ) الفيتامينات (ب) الألياف (ج) البروتين (د) الدهون
- ٥- زيت الزيتون من الزيوت .....  
 (أ) الضارة (ب) المشبعة (ج) الصحية (د) المهدرجة
- ٦- يعد ..... من الوجبات السريعة  
 (أ) الملوخية (ب) البرجر (ج) البصارة (د) العدس
- ٧- يعد ..... أحد الأطعمة كثيرة الدسم .  
 (أ) الفشار (ب) الفول (ج) الزبادي (د) البرجر
- ٨- تحتوى رقائق البطاطس على كمية كبيرة من .....  
 (أ) الدهون (ب) الألياف (ج) البروتينات (د) الكالسيوم
- ٩- يحتوي خبز الحبوب الكاملة على كميات من .....  
 (أ) الأملاح (ب) السكر (ج) الألياف (د) الدهون
- ١٠- البرجر الجيد والصحي يصنع في .....  
 (أ) المطعم (ب) المصنع (ج) المنزل (د) المتجر
- ١١- من أشهر الأكلات السيئاً طبق .....  
 (أ) الفشار (ب) الفول (ج) الزبادي (د) البرجر



- ١٢- من الوجبات الخفيفة ..... وتعتبر مصدر جيداً للبروتين والكالسيوم.
- أ- الزبادي      ب- الوجبات السريعة      ج- البطاطس      د- الأرز
- ١٣- ساهمت الوجبات السريعة في انتشار أمراض .....
- أ- الدرن      ب- الكبد الدهني      ج- الانفلونزا      د- الكورونا
- ١٤- للعيش بصحة جيدة ينبغي أن تستبدل رقائق الذره ب- .....
- أ- المعجنات      ب- المكسرات      ج- رقائق البطاطس      د- الحلوى
- ١٥- تحتوى الوجبات الصحية على كميات كبيرة من .....
- أ- الملح      ب- النشويات      ج- الفيتامينات      د- الألياف
- ١٦- يعد ..... من البدائل الصحية للوجبات السريعة
- أ- الدجاج المقلي      ب- رقائق البطاطس      ج- الفشار      د- الحلوى
- ١٧- الخبز المصنوع من الحبوب الكاملة يزداد في محتوى .....
- أ- السكريات      ب- الألياف      ج- الأملاح      د- الدهون
- ١٨- احدى الوجبات الخفيفة الغير صحية .....
- أ- الفواكه المجففة      ب- بسكويت الشوفان      ج- الحلوي      د- السلطة الخضراء
- ١٩- تعتبر ..... من الأطباق المصرية ذات القيمة الغذائية العالية
- أ- الملوخية      ب- البينزا      ج- البرجر      د- الشاورما
- ٢٠- يعتبر ..... مصدر نباتي للبروتين والألياف
- أ- البطاطس المقلية      ب- الفول المدمس      ج- المربي      د- اللبن
- ٢١- أخصائي ..... هو الشخص المتخصص في مجال التغذية ويضع خطط لوجبات لتحسين الصحة.
- أ- النفسي      ب- التغذية      ج- الاجتماعي      د- الزراعي
- ٢٢- للحفاظ على الصحة يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات .....
- أ- المملحة      ب- الدهنية      ج- الصحية      د- المقلية
- ٢٣- تشتهر مناطق الدلتا في مصر بطبق .....
- أ- المحشي      ب- المندي      ج- البينزا      د- البرجر
- ٢٤- تصبح الوجبات التقليدية لذيذة عند إضافته ..... عليها.
- أ- الأملاح      ب- التوابل      ج- الدهون      د- الزيت

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثامن : الترويج للسياحة عبر المسرح

### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- عند تأليف مسرحية يجب على كل فرد في مجموعتك المساهمة في أفكار إبداعية. ( )
- ٢- يجب أن يتناغم المشهدين ليخبرا قصة واحدة مترابطة. ( )
- ٣- يمكن إعداد الأزياء والعناصر الداعمة من البيئة المحيطة بك. ( )
- ٤- احرص على اتّباع الاحتياطات أثناء وجودك على خشبة المسرح. ( )
- ٥- المشهد هو جزء من المسرحية ككل. ( )

### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- أحد اجراءات السلامة في المسرح لا يلمس معدات الإضاءة إلا .....  
 (أ) المخرج (ب) الممثل (ج) الفني (د) المدير
- ٢- تعرض المسرحيات على ..... المسرح امام الجمهور  
 أ- حائط ب- كرتون ج- خشبة د- مقعد
- ٣- الشخص المسموح له بالتعامل مع اسلاك ومعدات الإضاءة .....  
 (أ) المخرج (ب) الممثل (ج) الفني (د) المعلم
- ٤- يمكن الترويج ..... باستخدام المسرح.  
 (أ) للصناعة (ب) للسياحة (ج) للتجارة (د) للزراعة
- ٥- احد العاملين الاساسيين بالمسرحية .....  
 أ- الطبيب ب- المعلم ج- السباك د- المخرج
- ٦- للدعاية إلى مصر يمكن صناعة مسرحية عن المعبودات ..... ومنها رع.  
 أ- العراقية ب- السورية ج- المصرية د- المغربية
- ٧- يمكن صنع ..... المسرحية الصفية من النسيج الملون.  
 أ- ازياء ب- شخصيات ج- إضاءة د- أحداث
- ٨- تعد النافذة المزينة على المسرح جزء من .....  
 أ- الاضاءة ب- الأزياء ج- الديكور د- الملابس
- ٩- يستخدم النسيج الملون في صناعة .....  
 أ- الأسلاك ب- الإضاءة ج- أزياء المسرحية د- الديكور



- ١٠- يمكن صنع ازياء المسرحية الصفية من .....  
أ- قطع حديد      ب- النسيج الملون      ج- الماء      د- الصخور
- ١١- تستخدم شرائح الكرتون في المسرحية الصفية لصناعة .....  
أ- الازياء      ب- الشخصيات      ج- الديكور      د- الاضاءة
- ١٢- يعتبر ..... جزء من المسرحية ككل  
أ- الإعداد      ب- المشهد      ج- المكان      د- الزمان
- ١٣- روج المسرح لموضوعات كثيرة منها .....  
أ- السياحة      ب- السينما      ج- الأفلام      د- الأموال
- ١٤- يجب أن يكون لكل ..... بداية وعقدة وخاتمة  
أ- مشهد      ب- عقدة      ج- إطار      د- اعداد
- ١٥- يعتبر ..... أحد العاملين الأساسيين في المسرحية  
أ- المخرج      ب- المدير      ج- المدرس      د- النجار
- ١٦- تعتبر ..... هي سلسلة من الأحداث المترابطة  
أ- المشهد      ب- الحبكة      ج- الأعداد      د- الموضوع
- ١٧- يجب ان لا تكون ..... المسرح في عيون الحاضرين.  
أ- اضاءة      ب- ستائر      ج- خشبة      د- ميكرفون

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع التاسع : شخصيات مصرية مؤثرة السيدة صفية زغول

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يرجع سبب تسميت صفية زغول إلى والدها. ( )
- ٢- امتنعت النساء عن المشاركة في ثورة ١٩١٩ ضد الاحتلال البريطاني. ( )
- ٣- قلمت ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الاحتلال البريطاني. وحقت الثورة أهدافها، ( )
- ٤- سميت بعض الشوارع في القاهرة فقط باسم صفية زغول. ( )
- ٥- يُعتبر العمل التطوعي من أساسيات تحقيق التماسك الاجتماعي في أي مجتمع. ( )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- سيدة مصرية تزوجت من القاضي المصري سعد زغول بلثا هي .....  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٢- ركزت على حقوق المرأة في وقت كانت حقوق المرأة المصرية فيه قليلة وكان تدخلها نادرا.  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٣- لقبها المصريون بـ«أم المصريين» تعبيراً عن حبهم واحترامهم لها .  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٤- حول منزل آل زغول المعروف بـ«منزل الأمة» إلى .....  
أ- مسرح      ب- سينما      ج- برج سكني      د- متحف.
- ٥- لقب المصريون السيدة صفية زغول بـ .....  
أ- سيدة المسرح      ب- أم المصريين      ج- كوكب الشرق      د- المراه الحديدية
- ٦- تحول بيت آل زغول المعروف ببيت الأمه عام ١٩٢٥ الي .....  
أ- فندق      ب- مكتبة      ج- متحف      د- مسرح
- ٧- تزوجت السيدة صفية زغول من القاضي المصري .....  
أ- مصطفى محمود      ب- سعد زغول      ج- طلعت حرب      د- احمد عرابي
- ٨- شاركت السيدة صفية زغول في ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الاحتلال .....  
أ- البريطاني      ب- الفرنسي      ج- الروسي      د- الألماني
- ٩- لقب المصريون السيدة ..... بأم المصريين.  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- هدي شعراوي      د- نبوية موسى



- ١٠- كان منزل ال زغلول يعرف ب- .....  
أ - بيت الرجل      ب- بيت الأمة      ج - مكتبة الشعب      د - دار الحكمة
- ١١- عملت السيدة صفية زغلول علي تعزيز حقوق .....  
أ - المرأة المصرية      ب- الفنان المصري      ج- الفلاح المصري      د- الطفل المصري
- ١٢- كانت السيدة صفية زغلول تجيد اللغة .....  
أ- الفرنسية      ب - الصينية      ج- الألمانية      د - التركية

الخوارزمي  
بلال خضر  
01065760483

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع العاشر : المستكشف النشاط

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- وثقت الصور التي التقطتها رزوم مورتون خلال جائحة كورونا، إجراءات السلامة المتبعة. ( )
- ٢- يتم اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفيات بصفة عامة لتفادي تفشي فيروس كورونا. ( )
- ٣- السيدة مورتون طبيبة في قسم الجراحة، وتعتني بالمرضى. ( )
- ٤- يتلقى الممرضون المعتمدون حديثاً تدريباً عملياً في مكان العمل في البداية. ( )
- ٥- لا يمكنك مساعدة الفرد الذي يعاني من الاختناق. ( )
- ٦- اذا لم يتمكن من الشخص الذي يعاني من الاختناق التكلم أو التنفس، فقم بإجراء ضغطات البطن. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعد التمريض مهنة أساسية في كل .....  
 أ- المصانع      ب- المتاجر      ج- المدارس      د- المستشفيات
- ٢- يحرص الممرضون على تقديم ..... للأشخاص الذين يحتاجون لها  
 أ- النقود      ب- الرعاية      ج- الملابس      د- الكتب
- ٣- اذا كان الشخص الذي يعاني الاختناق ويستطيع التنفس يجب تشجيعه على .....  
 أ) الكلام      ب) السعال      ج) القيء      د) الصراخ
- ٤- تعمل السيدة روزوم مورتون.....في مستشفى بالولايات المتحدة الأمريكية  
 أ- معلمة      ب - ممرضة      ج- مدربة      د - مربية
- ٥- يقدم الممرضون ..... للأشخاص الذين يحتاجون إليها.  
 أ - الرعاية      ب- الطعام      ج - الأفكار      د - الملابس
- ٦- تقدم السيدة روزوم مورتون نصائح للشباب لأتباع نمط حياة.....  
 أ - صحي      ب - سريع      ج - بطئ      د - سيئ
- ٧- تعمل السيدة روزوم مورتون ممرضة في قسم .....  
 أ - القلب      ب - الطوارئ      ج - الجراحة      د - الأسنان
- ٨- يتلقى الممرضون .....مستمرة في مجال عملهم.  
 أ - مشريع      ب - تدريبات      ج - أموال      د - هدايا
- ٩- صورت السيد روزوم مورتون حياتها ك.....أثناء جائحة كورونا.  
 أ - طبخة      ب - معلمة      ج - ممرضة      د - محامية



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الأول : تطوير مهارات الأعمال

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يصعب على الأفراد تطوير مهاراتهم المهنية. ( )
- ٢- يمكن اكتساب بعض من المهارات الشخصية من خلال التعلم الأكاديمي. ( )
- ٣- تطوير المهارات الشخصية ذو أهمية، لذلك لا بد من البدء في تطويرها مبكراً. ( )
- ٤- يمكن للطلاب المشاركة في عدد من التجارب خارج المدرسة للاطلاع على المهارات الشخصية. ( )
- ٥- تتيح الوظائف لفترة محددة من الوقت للطلاب اكتشاف الوظائف التي تتماشى مع تطلعاته المهنية. ( )
- ٦- يمكن للطفل صغير السن ان يعمل لفترات محددة من الوقت. ( )
- ٧- تفقد العلاقات الاجتماعية المكونة من العمل التطوعي إلى تطوير الذات وتعلم مهارات جديدة. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- تعد من الوسائل التي تتيح للطلاب اكتساب المهارات الشخصية .....  
 أ- العمل لفترة محددة      ب- السفر للخارج      ج- ترك الدراسة      د- لاشئ مما سبق
- ٢- تعد من الوسائل التي تتيح للطلاب اكتساب المهارات الشخصية .....  
 أ- العمل لفترة طويلة      ب- السفر للخارج      ج- ترك الدراسة      د- التقدم الى فرص التدرج
- ٣- يمكن للطلاب ..... ان يعمل لفترات محددة من الوقت.  
 أ- صغير السن      ب- كبير السن      ج- كلاهما      د- لاشئ مما سبق
- ٤- يساهم ..... في تكوين علاقات اجتماعية، وذلك من خلال عمله مع الآخرين.  
 أ- العمل التطوعي      ب- العمل الاجباري      ج- السفر للخارج      د- لاشئ مما سبق
- ٥- تشمل المهارات الفنية التدريب الأكاديمي في مجالات مختلفة مثل .....  
 أ) الصناعة والزراعة      ب) الأزياء      ج) الفنون      د) جميع ما سبق
- ٦- تتحقق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع عبر .....  
 أ- زيادة امكان العمل      ب- الوظائف المؤقتة      ج- العمل التطوعي      د- ممارسة الألعاب
- ٧- يعد ..... من المهارات الفنية.  
 أ) تنسيق الحدائق      ب) التفكير التحليلي      ج) الوعي الذاتي      د) الادراك
- ٨- يمكن اكتساب ..... من خلال العمل التطوعي.  
 أ- الأموال      ب- المناصب      ج- المهارات      د- المسابقات
- ٩- التدريب المهني يزود الأفراد بمهارات .....  
 أ- فنية      ب- سياحية      ج- القدرة على التكيف      د- المرونة

- ١٠- يمكن للأفراد تطوير المهارات واكتسابها بسهولة بمجرد ..... في التجارب التعليمية والعملية .
- أ- المغادرة      ب- الالتحق      ج- الانخراط      د- الانقطاع
- ١١- يشمل التدريب الأكاديمي للمهارات الفنية في قطاع الأعمال كل ذلك ما عدا .....
- أ- الصناعة      ب- الزراعة      ج- الأزياء      د- المبيعات
- ١٢- يلزم للنجاح في العمل .....
- أ- السعي      ب- تنمية المهارات الشخصية      ج- كل ما سبق      د- لاشئ مما سبق
- ١٣- تشمل المهارات الفنية .....
- أ- التفكير التحليلي      ب- التفكير الإبداعي      ج- تصميم الأزياء      د- الوعي الذاتي
- ١٤- يحقق العمل التطوعي مبدأ .....
- أ- العدالة      ب- الامانة      ج- المواطنة      د- كل ما سبق
- ١٥- يستكشف الطالب الوظيفة الملائمة لتطلعاته من خلال .....
- أ- العمل التطوعي      ب- التعلم الأكاديمي      ج- الوظائف المؤقتة      د- زيارة الاقارب
- ١٦- تعتبر من المهارات الفنية المهمة .....
- أ- حياكة الملابس      ب- المرونة      ج- التحفيز      د- الملائكة
- ١٧- يتحقق نجاح الموظف أو فشله باكتسابه .....
- أ) الوزن      ب) المال      ج) المهارات      د- الجوائز
- ١٨- تحديد النبئات المناسبة في تصميم وتنسيق الحدائق احدى المهارات .....
- أ- الفنية      ب- الشخصية      ج- الموسيقية      د- اللغوية
- ١٩- تعتبر مهارة ..... من المهارات الشخصية
- أ - التفكير التحليلي      ب - الفنية المهنية      ج - استخدام البرامج      د - تنسيق المشاريع
- ٢٠- تعد مهارة تنسيق وتصميم الحدائق من المهارات .....
- أ - الشخصية      ب - الفنية      ج - الفكرية      د- التحليلية
- ٢١- المهارات ..... من أهم أنواع المهارات التي يجب أن يمتلكها الأشخاص.
- أ - الشخصية      ب - الفنية      ج - العالمية      د - الرسمية
- ٢٢- التدريب الأكاديمي يعمل علي تزويد الأفراد بالمهارات ..... الخاصة بعملهم
- أ - الفنية      ب - السلمية      ج - السيلسية      د - العلمية



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الثاني : فن تنسيق الأزهار

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون الحديثة. ( )
- ٢- يستخدم الاسبرين لحفظ على الازهر بإضافة قرص في المزهريّة. ( )
- ٣- يفضل وضع الازهار في أماكن مغلقة وبدون اشعة الشمس. ( )
- ٤- يفضل وضع الازهار في مكان شديد الإضاءة. ( )
- ٥- في التنسيق المتمثل للازهار يكون الجانبين مختلفين. ( )
- ٦- في التنسيق غير المتناظر للازهار يكون الجانبين مختلفين. ( )
- ٧- يستخدم التنسيق غير المتمثل مع الاواني ذات الفوهة الضيقة. ( )
- ٨- يعتبر فن تنسيق الزهور من الفنون العريقة القديمة. ( )
- ٩- للحفاظ على الزهور بعد قطفها يجب قطع الساق قطعاً مائلاً. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون .....  
 أ- الجديدة      ب- الحديثة      ج- القديمة العريقة      د- التقليدية
- ٢- يتبع منسقو الأزهار أساليب ..... لتنسيق الأزهار، بعد قطفها  
 أ- مختلفة      ب- متشابهة      ج- متطابقة      د- متكررة
- ٣- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ..... لمدة ساعة  
 أ- ماء بارد      ب- ماء دافئ      ج- ماء مثلج      د- ماء فاتر
- ٤- لحفظ الأزهار في المزهريّة يتم إضافة قليل من ..... ليمنحها بالطاقة.  
 أ) الملح      ب) السكر      ج) العسل      د) الدقيق
- ٥- عند اختيار الزهور للتنسيق يجب أن تكون سيقانها .....  
 أ- لينه      ب- مفككه      ج- متماسكه      د- مجزاه
- ٦- يستخدم التنسيق للازهار في الأواني ذات الفوهة الضيقة .....  
 أ) المتناظر      ب) غير المتناظر      ج- الرأسي      د- العشوائي
- ٧- الأوراق الموجودة بسفل ساق الزهرة سريعة .....  
 أ) النمو      ب) التكاثر      ج) التعفن      د) التلون
- ٨- للحفاظ على الازهار بعد القطف يجب وضعها بعيدة عن .....  
 أ- الماء      ب- الأسمدة      ج- المبيدات      د- الشمس
- ٩- التنسيق المتناظر الرأسي من طرق .....

- ١- تطوير مهارات الأعمال ب- تنسيق الأزهار ج- إعادة التدوير د- الترويج للمنتجات
- ١٠- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغرس سيقانها في ماء بارد لمدة .....  
 أ- ساعة ب- ساعتين ج- ٣ ساعات د- ٤ ساعات
- ١١- توضع الأزهار بشكل متدرج في الطول في التنسيق .....  
 أ- الرأسى ب- المتماثل ج- غير المتماثل د- غير الرأسى
- ١٢- يتم ازالة عمر الازهار في الأواني الزجاجية بظلمة .....  
 أ- عنق الازهار ب- الأوراق ج- الجذور د- البذور
- ١٣- للحفاظ على الازهار بعد قطعها يجب عدم تعرضها لـ .....  
 أ- المياه الباردة ب- تيارات الهواء ج- الاسمدة الطبيعيه د- المبيدات الحشرية
- ١٤- لحفظ الازهار بعد قطعها تتم إضافة ..... لماء الزهرية  
 أ- الاسمدة ب- الاسبرين ج- العطور د- المبيدات
- ١٥- تخزين كمية من الغذاء في عنق الزهرة يساعد على ..... الزهرة .  
 أ- بهتان لون ب- تقليل طول ج- زيادة عمر د- موت
- ١٦- لابد أن يكون منسق الزهور ..... في تنسيق الازهار.  
 أ) ضعيفا ب) جاهلا ج) بلعا د) فاشلا
- ١٧- يتم أضفقه .....إلى ماء المزهرية لحفظ الأزهار.  
 أ - قرص أسبرين ب - قطعة قماش ج - قطعه بلاستيكية د - ماده غذائية
- ١٨- يجب غمر سيقان الأزهار لمدة ساعة في ماء ..... قبل حفظها  
 أ- سلخن ب- بارد ج- مغلي د- دافئ
- ١٩- التنسيق الرأسى للأزهار يتم في الأواني ذات الفوهة .....  
 أ - الواسعة ب - الكبيرة ج - الضيقة د- الضخمة
- ٢٠- من طرق تنسيق الأزهار .....  
 أ - الرأسى ب - الأفقى ج - العلوي د - الملون
- ٢١- يتم إضافة .....إلى ماء المزهرية لمد الأزهار بلطفة  
 أ - الألوان ب - السكر ج - الملح د - الورق
- ٢٢- عند تنسيق الأزهار تقطع سيقان الأزهار قطعاً ..... قبل وضعها في المزهرية  
 أ - رأسياً ب - مائل ج - أفقياً د - دائري



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الثالث : فن التطريز وإعادة التدوير للملابس

### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- الغرز الجيدة هي التي تكون مرتبة وتصميمها جذاب. ( )
- ٢- استخدام الأنواع المختلفة من الغرز تتمكنك من إضافة المزيد من التنوع إلى تصميمك. ( )
- ٣- يمكنك إعادة تدوير ملابسك بدون أن تطلب الاذن من والديك. ( )
- ٤- اكتشف أول عمل تطريز في مقبرة الملك توت عنخ آمون . ( )
- ٥- يعد فن التطريز أحد طرق إعادة تدوير الملابس. ( )

### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- اكتشف أول عمل تطريز في مقبرة الملك .....  
أ- توت عنخ آمون      ب- رمسيس      ج- اخناتون      د- امنتحتب
- ٢- يمكنك نقل تصميمك الى قطعة ملابسك باستخدام .....  
أ- قلم رصاص .      ب- قلم جاف      ج- قلم حبر      د- قلم سبورة
- ٣- ..... هم أول من استخدم فن التطريز لتزيين الملابس والمنسوجات.  
أ) الأمريكيون      ب) الهنود      ج) القدماء المصريين      د) الصينيون .
- ٤- لتقليل استخدام الطاقة نقوم بـ ..... الملابس.  
أ) إعادة تدوير      ب) صناعة      ج) غسل      د) كي
- ٥- يساعد فن ..... في إعادة تدوير الملابس.  
أ- الرسم      ب- التطريز      ج- التمثيل      د- الشعر
- ٦- لحماية البيئة يجب إعادة تدوير الملابس ..... التي تسبب أضرار للبيئة.  
أ- الجديدة      ب- القديمة      ج- الرائحة      د- الخفيفة
- ٧- يساعد فن ..... في إعادة تدوير الملابس  
أ- التطريز      ب- الرسم      ج- التمثيل      د- الشعر
- ٨- تعد البطانيه أحد أنواع ..... فن التطريز.  
أ- تصميمات      ب- أدوات      ج- منتجات      د- غرز
- ٩- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ .....  
أ- رش المبيدات      ب- حرق المخلفات      ج- إعادة التدوير      د- استهلاك الموارد

١- فن التطريز هو فن صناعة .....

أ- الكتب التراثية ب- التماثيل المنحوتة ج- الملابس المزينة د- المباني

١١- أول خطوات إعادة تدوير الملابس بالتطريز في تحديد .....

أ) مساحه ب) الوان ج) خيوط د) غرز

١٢- يستخدم فن ..... في إعادة تدوير الملابس

أ - التصوير ب - التطريز ج - الشعر د - الأدب

١٣- تم اكتشاف أول عمل مطرز داخل مقبرة .....

أ - أمريكية ب - فرعونية ج - هندية د - إنجليزية

١٤- لإعاده تدوير الملابس القديمه نستخدم ..... لتطريزها

أ - الصور القديمة ب - الخيوط الملونه ج - القطع المعدنية د - قطع مطاطية

١٥- يمكن استخدام ..... للحصول علي تصميمات جديدة للتطريز

أ - المجالات ب - الإنترنت ج - اللوحات الجدارية د - جميع ما سبق

١٦- تعتبر ..... من التصاميم المستوحاه من الطبيعة

أ - أوراق الشجر ب - الأشكال الهندسية ج - الأشكال الدائرية د - الأشكال التقليدية

١٧- يعتبر فن ..... من الفنون القديمة

أ - التطريز ب - الجرافيك ج - الكرتون د - التجريدي

١٨- استخدم المصريون القدماء الخيوط المصنوعه من ..... لصناعه القطع المميزة

أ - القطن ب - الذهب ج - المعدن د - المطاط

١٩- يمكن إعاده تدوير الملابس القديمة بأستخدام .....

أ - غرز التطريز ب - القص واللصق ج - الصلصال الملون د - الورقه والقلم

٢٠- من أنواع غرز التطريز ..... المستخدمة عند إعادة تدوير الملابس

أ - السلسلة ب - البطانية ج - الفرع د - جميع ما سبق

٢١- إنتاج ملابس جديدة يستهلك كميات كبيرة من .....

أ - البلاستيك ب - الطاقة ج - الأحجار د - الماء



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الرابع : صنع فانوس

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- استخدمت شروق لتحديد خطوط التصميم غرزة الفرع . ( )
- ٢- استخدمت شروق لملء الفراغات غرزة الفرع. ( )
- ٣- يمكنك إضافة ضوء لفانوسك مستعينا بمصباح وبطارية, ( )
- ٤- يصنع الفانوس للاحتفال بشهر ذي الحجة. ( )
- ٥- تستخدم الغراء في تجميع أجزاء الفانوس الخشبي ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يفضل استخدام ..... عند صناعة الفانوس اليدوي لسهولة التعامل معه.
  - أ- الحديد
  - ب- النحاس
  - ج- الخشب
  - د- البلاستيك
- ٢- رسم تصميم الفانوس على الورقة بحجم ..... في المائة.
  - أ) خمسين
  - ب) سبعين
  - ج) مائة
  - د) عشرة
- ٣- نضئ الفانوس الخشبي بوضع ضوء يعمل ..... داخل الفانوس
  - أ) بالمولد
  - ب) بالبنزين
  - ج) بالبطارية
  - د) بالبرق
- ٤- يتم تجميع أجزاء الفانوس الخشبية باستخدام .....
  - أ- الغراء
  - ب- المثقاب
  - ج- مسدس الشمع
  - د- المنشار
- ٥- من المواد اللازمة عند صناعة الفانوس .....
  - أ- خشب
  - ب- ورق صنفرة
  - ج- طلاء
  - د- كل ما سبق
- ٦- يمكن استخدام في تحديد التصميم الذي يزين به الفانوس .....
  - أ- غرزة الفرع
  - ب- ورق الكالك
  - ج- الصنفرة
  - د- القماش
- ٧- استخدمت الفوانيس لأول مره في مصر للاحتفال بـ .....
  - أ- عيد الاضحى
  - ب- عيد الفطر
  - ج- عيد العمال
  - د- شهر رمضان
- ٨- تراعي عند صناعة فانوس يدوي اختيار تصميم .....
  - أ- مركب
  - ب- معقد
  - ج- بسيط
  - د- ضعب
- ٩- لتحديد حجم التصميم على الفانوس نستخدم ورق .....
  - أ- الصنفرة
  - ب- الكرتون
  - ج- الشجر
  - د- الكالك
- ١٠- احتفل المصريون القدماء بحلول شهر رمضان باستخدام .....
  - أ- الفوانيس
  - ب- الشموع
  - ج- الكشافات
  - د- الهواتف
- ١١- ارتبط الفانوس بشهر .....
  - أ) شوال
  - ب) شعبان
  - ج) رجب
  - د) رمضان

- ١٢- يجب ارتداء النظارات الواقية أثناء صناعة الفانوس لحماية .....
- (أ) اليدين (ب) القدمين (ج) الاثنيين (د) العينين
- ١٣- يمكن تغليف الفانوس بالقماش المطرز ويثبت باستخدام .....
- أ- فرشاة الطلاء ب- المثقاب ج- المنشار د- مسدس الشمع
- ١٤- من الأدوات المستخدمة عند صناعة فانوس .....
- أ- غراء لاصق ب- قطع خشب ج- مسدس شمع د- جميع ما سبق
- ١٥- يجب ارتداء ..... الواقية لحماية العينين عند صناعة الفانوس.
- أ- الأحذية ب- النظارات ج- الخوذة د- الأقنعة
- ١٦- يمكن اضافته بعض غرز التطريز لـ ..... الفانوس.
- أ- تزيين ب- تجميع ج- لصق د- نقل
- ١٧- نستخدم ..... لتجميع أجزاء الفانوس
- أ- الغراء ب- الطلاء ج- القماش د- الصفرة
- ١٨- يفضل صناعة الفانوس من ..... لسهولة التعامل معه
- أ- البلاستيك ب- الخشب ج- الحديد د- الألومنيوم



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الخامس : الترويج لابتكاراتك

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تصميم شعار جذاب يؤدي دورا محوريا في تفرد المنتج عن غيره. ( )
- ٢- الأكشاك التي تحظى بإقبال أكبر هي تلك التي يرحب مزوجوها بالعملاء بطريقة ودية. ( )
- ٣- تستخدم اللافتات لاطهار الفوضى والمعدات. ( )
- ٤- يجب أن تتدرب على كيفية عرض المنتجات. ( )
- ٥- يمكنك جذب العملاء إلى كشك عبر العمل على عناصر جديدة مثل تصميم دعوات للمعرض. ( )
- ٦- يجب أن تهتم بعمل ملصقات ترويجية لعملك الخيري. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- للبقاء على تواصل مع العملاء نقوم بعمل .....  
 أ) شعار (ب) علامة تجارية (ج) ملصقات ترويجية (د) اعلان
- ٢- لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة .....  
 أ- عدائية (ب- ودية (ج- عنيفة (د- سلخرة
- ٣- يتم عرض الأعمال الفنية في .....  
 أ- المتاجر العمة (ب- المعارض المدرسية (ج- معرض السلع المنتجة (د- جميع ما سبق
- ٤- أفضل الطرق للترحيب بالعملاء في المعارض الطريقه .....  
 أ- الصارمة (ب- الرسميه (ج- الوديه (د- التنفسيه
- ٥- تصميم ..... جذاب يؤدي دورا محوريا في تفرد المنتج.  
 أ - أكشاك (ب- أرفف (ج- شعار (د- كتب
- ٦- من العوامل التي تساعد علي جذب العملاء لشراء المنتجات .....  
 أ- شعار جذاب (ب- مكان العرض (ج- الترحيب بالعملاء (د- جميع ملسيق
- ٧- عند تصميم منتج يجب أبتكر ..... جذاب للترويج له  
 أ- حجم (ب- علامه (ج- شعار (د- غلاف
- ٨- لإضافة مساحة الي العرض بشكل عمودي نستخدم .....  
 أ- الرفوف (ب- الملصقات (ج- الشاشات (د- العلامات
- ٩- ..... عبارة عن رمز أو كلمة تعبر عن العمل.  
 أ- الصورة (ب- الشعار (ج- الشاشة (د- اللافتة
- ١٠- يمكن استخدام ..... لإخفاء الفوضى.  
 أ- لافتات (ب- شاشات عرض (ج- غطاء طاوله طويل (د- جميع ما سبق

## المحور الرابع: أسئلة الموضوع السادس : شخصيات مصرية مؤثرة د/ أحمد المستجير

### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- دكتور احمد المستجير يعد من اشهر أطباء القلب في العالم. ( )
- ٢- حشد الدكتور احمد المستجير جهوده في استنباط أنواع جديدة من سلالات النحل. ( )
- ٣- أسس دكتور احمد المستجير مركز علوم الوراثة. ( )
- ٤- الهدف من مشروع زراعة الفقراء هو زراعة القمح والأرز يتحمل ملوحة الأرض. ( )
- ٥- من أهم إنجازات الدكتور أحمد مستجير،مشروع زراعة الفقراء. ( )

### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- مشروع زراعة الفقراء نستفيد منه في زراعة ..... في الدول النامية.
  - أ- الصحراء ب- الأرض الخصبة ج- الجبل د- لاشئ مما سبق
- ٢- زراعة الفقراء مصطلح يهدف لاستنباط سلالات جديدة من .....
  - أ- القمح ب- القصب ج- التفاح د- المانجو
- ٣- ولد الدكتور أحمد مستجير بمحافظته .....
  - أ- القاهرة ب- الدقهلية ج- الأسكندرية د- قنا
- ٤- أصبح دكتور أحمد مستجير عميداً لكلية .....
  - أ- التجارة ب- الزراعة ج- الطب د- الهندسة
- ٥- استفادت دول كثيرة من أبحاث د/أحمد مستجير عن زراعته محصول.....بمياه البحر
  - أ- الفراولة ب- القمح ج- الفول د- الموز
- ٦- يعتبر مشروع ..... من أبرز مشروعات د/أحمد مستجير.
  - أ- زراعته الفقراء ب- سلالات البطاطس ج- البذور المختلفة د- تربية الحيوانات
- ٧- حصل د/أحمد مستجير علي جائزة الدولة التقديرية في .....
  - أ- الفنون والأدب ب- العلوم والزراعة ج- العلوم الاجتماعية د- الفيزياء الطبيعية
- ٨- حصل الدكتور أحمد مستجير علي بكالوريوس.....من جامعه القاهرة
  - أ- الزراعة ب- التجارة ج- الهندسة د- الطب
- ٩- يعتبر دكتور أحمد مستجير رائد علم.....في مصر والعالم العربي
  - أ- الطب الوقائي ب- الهندسة الوراثية ج- الذكاء الاصطناعي د- تكنولوجيا الفضاء
- ١٠- استطاع د/أحمد مستجير اكتشاف سلالات جديدة من القمح والأرز تتحمل درجة عالية من.....
  - أ- الأتربة والرياح ب- الحرارة والرطوبة ج- الملوحة والجفاف د- الهواء الشديد
- ١١- أصبح د/أحمد مستجير عضواً في الكثير من الهيئات والجمعيات منها.....
  - أ- مجمع الخالدين ب- الجمعية المصرية للعلوم الزراعية د- جميع ما سبق
- ١٢- للدكتور أحمد مستجير ايضاً أسهمات في ..... مثل كتاب (علم أسمه السعاده).
  - أ- الكتابة الأدبية ب- الفن ج- الرسم د- المسرح



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع السابع : المستكشف النشاط

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- مصطلح رائد الأعمال يشير إلى الشخص الذي يحدد فرصة تجارية، ( )
- ٢- استخدام السيدة هوي شبكة الإنترنت لتسويق الأعمال الفنية، ( )
- ٣- لا يمكنك بدء مشروعك الصغيرة بأموال محدودة. ( )
- ٤- لتصبح رائد أعمال عليم أن تتجاهل شريحة العملاء التي تستهدفهم. ( )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- ..... هو الأموال أو معدات التي يحتاجها رواد الأعمال عند البدء في تأسيس مشروع تجاري صغير
  - أ- رأس المال
  - ب- المتجر
  - ج- القرض
  - د- التكلفة
- ٢- أنشأت السيدة ريبيكا هوي ..... للتسويق للأعمال الفنية للفنانين بدون ضرر
  - أ- موقع إلكتروني
  - ب- مؤتمر فني
  - ج- معارض الفنية
  - د- سوق يومي
- ٣- يعتبر ..... هو الأموال والمعدات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري.
  - أ- السوق التجاري
  - ب- رأس المال
  - ج- المشروع الصغير
  - د- التسويق الإلكتروني
- ٤- تقوم السيدة ريبيكا هوي بتخصيص جزء من أرباح الشركة لتحسين .....
  - أ- المنازل
  - ب- المجتمع
  - ج- الفن
  - د- الصحة
- ٥- ساعد مشروع السيدة ريبيكا هوي الفنانون في المجتمعات و القرى علي .....
  - أ- الحصول علي المال اللازم للتعليم
  - ب- تسويق تصميماتهم
  - ج- عدم مغادرة القرى الي المدن للبحث عن عمل
  - د - جميع ما سبق
- ٦- يعتمد مشروع السيدة ريبيكا هوي علي تسويق وعرض التصميمات .....
  - أ- الفنية
  - ب- الهندسية
  - ج- الملونه
  - د- الطبية
- ٧- تعتبر السيدة (ريبيكا هوي) ..... في ناشيونال جيوغرافيك.
  - أ- رائده أعمال
  - ب- ممرضه
  - ج- طباخه
  - د- معلمة
- ٨- الشخص الذي يحدد فرصه تجارية ويؤسس مشروع تجاري ويقدم خدمه أو منتج لتلبية احتياجات السوق هو.
  - أ- المدير العام
  - ب- رائد الأعمال
  - ج- الطبيب المتخصص
  - د- رائد الفضاء
- ٩- ساعدت السيدة ريبيكا هوي الفنانين الموهبين في تسويق تصميماتهم والحصول علي .....
  - أ- عائد مادي
  - ب- شهاده جامعيه
  - ج- رخصه دولية
  - د- جوائز مالية
- ١٠- تقوم شركة السيدة ريبيكا هوي علي ..... الشركات الكبرى للتعرف علي التصميمات الموجودة علي الموقع.
  - أ- طرد
  - ب- شراء
  - ج- جذب
  - د- بيع
- ١١- يجب ان تحصل الشركة التي تريد استخدام أحد التصميمات الفنية من الموقع علي ..... مقابل مبلغ مالي
  - أ- عرض
  - ب- ترخيص
  - ج- صور
  - د- حذف

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الأول : السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تصيب حروق الشمس طبقة الأدمة. ( خ )
- ٢- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس لا يفضل أخذ حمام بارد. ( خ )
- ٣- علينا الإتصال بالإسعاف في حالة الحروق من الدرجة الثالثة. ( ص )
- ٤- لعلاج الحروق البسيطة ضع كريم أو مرهم الحروق على الجزء المصاب. ( ص )
- ٥- تعتبر الحروق من الدرجة الثالثة هي الأشد حيث تدمر جميع طبقات الجلد. ( ص )
- ٦- عند الإصابة بالحروق البسيطة يجب الاتصال برقم ١٢٣. ( خ )
- ٧- لا يجب لمس شخص مازال على اتصال مباشر بالتيار الكهربائي. ( ص )
- ٨- الحروق من الدرجة الثالثة بسيطة. ( خ )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- في حالة الصدمات الكهربائية يجب علينا .....  
( أ ) عدم لمس المصاب ( ب ) فصل التيار الكهربائي ( ج ) عدم لمس مصدر التيار مباشرة ( د ) جميع ما سبق
- ٢- تتأثر الطبقة الخارجيه فقط من الجلد بالحروق من الدرجة .....  
أ- الأولى      ب- الثانية      ج- الثالثة      د- الرابعة
- ٣- يجب عمل إذا ..... وجد المصاب صعوبه فى التنفس .  
أ - إنعاش قلبي      ب- كمادات      ج- علاج منزلي      د- جبيره
- ٤- تحتوى حقيبة الاسعافات الاوليه على .....  
أ- الادويه      ب- المياه      ج- الطعام      د- المخبوزات
- ٥- تصاحب حروق الدرجة ..... ظهور تقرحات وخطر الإصابة بالعدوى  
أ- الأولى      ب- الثانية      ج- الثالثة      د- لاشئ مما سبق
- ٦- في حالة فقد شخص وعية نتيجة صدمة كهربائية يمكن اسعافه عن طريق .....  
أ- معجون الاسنان      ب- مرهم الحروق      ج- الانعاش القلبي      د- لاشئ مما سبق
- ٧- قد تظهر مع حروق الدرجة الثانية بعض .....  
أ- الجروح      ب- التقرحات      ج- الخدوش      د- الكسور



- ٨- تتطلب الحروق من الدرجة الثالثة العلاج في .....
- أ- المنزل      ب- المدرسة      ج- المستشفى      د- الطريق
- ٩- عند الإصابة بالحروق نضع ..... على مكان الحرق .
- أ- معجون اسنان      ب- ليمون      ج- حمض الليمونيك      د- كريم الحروق
- ١٠- يجب ارسال الشخص المصاب بحروق ..... الى المستشفى
- أ- الشمس      ب- كهربائية      ج- بسيطة      د- لاشئ مما سبق
- ١١- تتأثر الطبقة ..... من الجلد بجميع انواع الحروق
- أ- الأدمة      ب- العميقة      ج- الثالثة      د- الأولى
- ١٢- في حالة الصدمات الكهربائية، يجب إيقاف التيار بأداة .....
- أ- حديدية      ب- خشبية      ج- معدنية      د- نحاسية
- ١٣- تسبب حروق ..... تدمير جميع طبقات الجلد
- أ- الشمس      ب- الدرجة الثانية      ج- الدرجة الثالثة      د- البسيطة
- ١٤- عند التعرض لصدمة كهربائية يجب فصل التيار الكهربائي باستخدام .....
- أ- طفاية الحريق      ب- قضيب معدني      ج- قطعة خشبية      د- سكب الماء
- ١٥- تعتبر الحروق من الدرجة ..... هي الأشد خطورة حيث تتطلب العلاج بالمستشفى.
- أ- الأولى      ب- الثانية      ج- الثالثة      د- البسيطة
- ١٦- عند الإصابة بحروق بسيطة بسبب أشعة الشمس يجب أخذ حمام بارد لـ ..... الحرق.
- أ- سوء      ب- تهدئة      ج- سرعة      د- أصابة
- ١٧- يجب إجراء ..... الأولية عند التعرض للحروق والصدمات الكهربائية.
- أ- الأسعافات      ب- الأصابت      ج- التعريفات      د- الخطوات
- ١٨- الاصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية تسمى .....
- أ- الكدمات      ب- الحروق      ج- التسمم      د- الكسور
- ١٩- حروق الدرجة ..... أكثر ايلاماً وتؤثر علي الطبقة الأولى والثانية من البشرة
- أ- الأولى      ب- الثانية      ج- البسيطة      د- الكثيرة
- ٢٠- يجب عدم استخدام ..... عند التعرض للحروق.
- أ- المرهم      ب- المعجون      ج- الكريم      د- الشاش

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثاني : إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- نحرص على ترتيب أماكن العمل للحماية من التعثر. ( ص )
- ٢- ارتداء الأقنعة يحمي السباكون من التعثر في أماكن العمل. ( خ )
- ٣- تساعد النظارات الواقية على حماية العينين من تناثر السوائل وتسقط الحطام . ( ص )
- ٤- تعيق قفازات السباكة اليدين من العمل وسرعة الأداء ولا تحمي السباك المواد الكيميائية. ( خ )
- ٥- تحمي القفازات اليدين من المواد الكيميائية والحروق والحوادث للسباكين. ( ص )
- ٦- من أجل تجنب الإصابة بالحروق يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة . ( ص )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- لحماية السباكون من الأبخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء .....  
 أ) احذية السلامة (ب) الخوذة الواقية (ج) أقنعة الحماية (د) القفازات
- ٢- يرتدى السباك القفازات للحماية من .....  
 أ- الأبخرة (ب- الحروق (ج- التعثر (د- السقوط
- ٣- عند الحفر يرتدي السباك القناع للحماية من .....  
 أ- الحروق (ب- الصدمات (ج- الغرق (د- الغبار
- ٤- يجب ارتداء ..... بالمواقع الصناعية يجب ارتداء؟  
 أ- القفازات (ب- الخوذات (ج- الملابس الأنيقة (د- النظارات الشمسية
- ٥- ترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر .....  
 أ- التعثر والسقوط (ب- استنشاق الأبخرة (ج- الحريق (د- الغرق
- ٦- قد يتعرض السباك لخطر الحرق بسبب .....  
 أ- الانابيب الساخنة (ب- السقالات (ج- نظارات السلامة (د- القفازات
- ٧- يرتدي السباك القناع للحماية من .....  
 أ- الحروق (ب- الصدمات (ج- الغبار (د- الحوادث
- ٨- ..... يرتديها السباكون لتجنب الانزلاق.  
 أ- النظارات الواقية (ب- الاحذية الواقية (ج- الكمادات (د- الاقنعة



- ٩- يتعرض..... للابخرة والمواد الخطرة بمياه الصرف الصحي .
- أ- المهندسون      ب- السباكون      ج- النجارون      د- المعلمون
- ١٠- من مخاطر أعمال السباكة استنشاق الأبخرة والمواد الكيميائية الموجودة في ..... .
- أ- مياه الشرب      ب- مياه الصرف الصحي      ج- مياه الامطار      د- عوادم السيارات
- ١١- استخدام مشعل البروبان قد يعرض السباكون لخطر ..... .
- أ) التعرض للحرق      ب) السقوط والتعثر      ج) استنشاق الأبخرة      د) الكسر
- ١٢- يجب على السباكون استخدام السقالات والسلام المناسبة للوقاية من ..... .
- أ) الأمراض      ب) السقوط من أعلى      ج) الحروق      د) الغرق
- ١٣- لحماية السباكون من الأبخرة والمواد الكيميائية يجب ارتداء ..... .
- أ) أحذية السلامة      ب) الخوذات الواقية      ج) أقنعة الحماية      د) لاشئ مما سبق
- ١٤- من اصحاب المهن الأكثر عرضة للاصابة بالحروق ..... .
- أ- المعلمون      ب- المحامون      ج- الكتاب      د- السباكون
- ١٥- يجب علي السباكين ارتداء..... لحماية اليدين من المواد الكيميائية و الحروق.
- أ- الخوذات      ب- القفازات      ج- الأقنعة      د - الأحذية
- ١٦- من المخاطر التي يتعرض لها السباك أثناء العمل.....
- أ - السقوط والأنزلاق      ب - أستنشاق الغبار      ج - المياه الساخنة      د - جميع ما سبق
- ١٧- من قواعد السلامة .....ترتيب المكان والأدوات المستخدمة في العمل.
- أ - المهنية      ب - المنزلية      ج - المدرسية      د - الصحية
- ١٨- يجب علي السباك ارتداء ..... لحماية اليدين من الحروق والمواد الكيميائية
- أ - القفازات      ب - النظارات      ج - الأحذية      د - الخوذات
- ١٩- يجب علي السباك استخدام ادواته ب..... لتقليل المخاطر التي يتعرض لها
- أ - عناية      ب - اهمال      ج - كسل      د - كثرة
- ٢٠- يجب علي السباك ارتداء..... الواقية في المناطق الصناعية
- أ - الخوذات      ب - القمصان      ج - الساعات      د - الأزياء

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثالث : المربي

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تتترك المربي بعد تعبئتها في البرطمان حتى تبرد ثم تُغلق بإحكام. ( ص )
- ٢- عند تحضير برطمانات المربي دعهما تغل لمدة عشر دقائق قبل تعبئتها. ( ص )
- ٣- عند تصنع المربي يجب إزالة الأجزاء غير الصالحة من الفلكهة . ( ص )
- ٤- يجب إزالة الأجزاء التالفة من الفواكه والخضراوات عند اعداد خليط المربي ( ص )
- ٥- يمكن استخدام بعض الخضراوات في صناعة المربي. ( ص )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يضاف مقدار ٥ جرامات " ملعقة صغيرة " من ..... لكل كيلو جرام سكر لحفظ المربي .  
 أ) البكتين (ب) الكربونات (ج) حمض الستريك (د) ملح الطعام
- ٢- أثناء صناعة المربي تكون درجة الحرارة المستخدمة .....  
 أ- عاليه (ب- هادئه) ج- مرتفعه د- كبير
- ٣- اخر مراحل صناعة المربي هي .....  
 أ- تحضير المكونات ب- وضع السكر ج- التعليب د- خلط المكونات
- ٤- قبل صناعة المربي يجب التخلص من أجزاء الفلكهة .....  
 أ- الطازجة (ب- المتعفنة) ج- الصالحة د- الجيدة
- ٥- يستخدم حمض ..... في صناعة المربي  
 أ- الستريك (ب- الخليك) ج- الكبريتيك د- اللاكتيك
- ٦- لضمان عدم فساد المربي نقوم بـ ..... البرطمانات.  
 أ- كسر (ب- تعقيم) ج- مسح د- تبريد
- ٧- ..... هي خليط من ثمار الفلكهة والسكر وحمض الستريك .  
 أ- الزبادي (ب- الخضراوات) ج- المربي د- العصير
- ٨- يضاف ..... كمادة حافظة للمربي.  
 أ- البكتين (ب- السكر) ج- الملح د- حمض الستريك
- ٩- للحفاظ على المربي فترة طويله دون فساد نضيف .....  
 أ- حمض الستريك (ب- البكتين) ج- حمض الخليك د- الملح



- ١٠- تعتبر المربي مصدرا ..... للفيتامينات والأملاح المعدنية.
- (أ) جيداً (ب) سيئاً (ج) ضعيفاً (د) قليلاً
- ١١- عند صناعة المربي نضيف ..... سكر لكل كجم من ثمار الفلكهة.
- (أ) كيلو واحد (ب) ٢ كيلو (ج) نصف كيلو (د) ٥ كيلو
- ١٢- تحتوي فلكهة ..... على نسبة عالية من البكتين.
- (أ) البرتقال (ب) الموز (ج) التفاح (د) القمح
- ١٣- يجب إذابة ..... في الماء الدافئ قبل إضافته للمربي
- أ- الفلكهة ب- حمض الستريك ج- مادة البكتين د- الدقيق
- ١٤- تعتبر المربي مصدرا جيداً لـ .....
- أ- الفيتامينات ب- الأملاح ج- البروتينات د- الدهون
- ١٥- لزيادة تماسك المربي يتم أضافه .....
- أ- السكر ب- البكتين ج- الملح د- العصير
- ١٦- تطهي المربي عند درجة حرارة ..... حتي يتماسك قوامها
- أ- ١٠٥ ب- ١٠٠ ج- ٩٠ د- ١٢٠
- ١٧- المربي عبارة ع خليط من ثمار الفلكهة مضاف اليه .....
- أ- السكر وحمض الستريك ب- الماء والأملاح ج- الخل والماء د- اللمون فقط
- ١٨- يجب أن تعبأ المربي وهي .....
- أ- باردة ب- مثلجة ج- ساخنه د- مغلية
- ١٩- عند صناعة المربي يضاف ..... لحفظ المربي من التلف.
- أ- السكر المحلي ب- العصير الطازج ج- حمض الستريك د- الماء الساخن

### المحور الثالث: المحور الثالث: أسئلة الموضوع الرابع : اللبن الزبادي

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- البكتريا التي تخمر اللبن الزبادي هي بكتيريا ضارة للجهاز الهضمي. ( خ )
- ٢- مرحلة التحضين تعطي الزبادي وتمنحه قوامه السميك. ( ص )
- ٣- في المصنع، يتم سكب الزبادي في عبوات بلاستيكية. ( ص )
- ٤- تشريش الزبادي يكون بسبب طول مدة التحضين. ( ص )
- ٥- يعد اللبن الزبادي مصدراً جيداً للبروتين والكالسيوم. ( ص )
- ٦- يعمل تبريد اللبن الزبادي على تجنب نمو البكتيريا الضارة والميكروبات. ( خ )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- تحول البكتريا سكر ..... باللبن إلى حمض اللاكتيك المفيد للجهاز الهضمي  
(أ) اللاكتوز (ب) السكروز (ج) الفركتوز (د) الجلوكوز
- ٢- لقتل الميكروبات الضارة في اللبن يتم تسخين عند درجة حرارة ..... درجة مئوية .  
أ- ٩٠ ب- ٦٠ ج- ٤٠ د- ١١٠
- ٣- يعد اللبن الزبادي لبناً متخمراً بأنواع من .....  
أ- الجراثيم ب- البكتريا ج- الفطريات د- الطحالب
- ٤- اللبن الزبادي عبارة عن لبن .....  
أ- مثلج ب- ملوث ج- متخمّر د- متعفن
- ٥- يعتبر اللبن الزبادي مصدراً جيداً .....  
أ- البروتين ب- الكالسيوم ج- الاثنان معاً د- لاشئ مما سبق
- ٦- البكتيريا المستخدمة في صناعة الزبادي تفيد الجهاز .....  
أ- العصبي ب- الدوري ج- التنفسي د- الهضمي
- ٧- من اسباب الطعم اللازغ للزبادي ..... فترة التحضين.  
أ- قصر ب- إطالة ج- - انخفاض د- غير ذلك
- ٨- يختمر اللبن الزبادي بإضافة ..... منذ يوم سابق.  
أ- الفكهة ب- العسل ج- السكر د- الزبادي



- ٩- تعمل عملية على تحسين القوام النهائي للبن .....  
 أ- التبريد      ب- التحضين      ج- التعليب      د- البسترة
- ١٠- يعد الزبادي مصدراً جيداً لـ .....  
 أ- الأملاح      ب- النحاس      ج- البروتين      د- السكريات
- ١١- اللبن والزبادي مصدر جيد لـ .....  
 أ- الحديد      ب- الدهون الضارة      ج- الكالسيوم      د- الفسفور
- ١٢- ..... يعتبر مصدراً جيداً للبروتين والكالسيوم.  
 أ- اللحمه      ب- اللبن      ج- العربي      د- الفاكهة
- ١٣- يعتبر اللبن الزبادي من الوجبات .....  
 أ- الضارة      ب- الخفيفة      ج- الساخنة      د- المعقدة
- ١٤- يصبح طعم لبن الزبادي حمضي إذا زادت فترة .....  
 أ- التسخين      ب- التحضين      ج- الحفظ      د- التبريد
- ١٥- يعد اللبن ..... عبارة عن لبن مخمر بأنواع من بكتيريا حمض اللاكتيك  
 أ- الساخن      ب- الزبادي      ج- العادي      د- البارد
- ١٦- يعتبر اللبن الزبادي مصدراً هماً لـ .....  
 أ- البروتينات      ب- السكريات      ج- الدهون      د- الأملاح
- ١٧- تعتبر بكتيريا حمض اللاكتيك مفيدة للجهاز .....  
 أ- الدوري      ب- الهضمي      ج- التنفسي      د- العصبي
- ١٨- عند صناعة اللبن الزبادي يجب تسخين اللبن أولاً عند درجة حرارة ٩٠ لـ ..... الميكروبات  
 أ- زيادة      ب- قتل      ج- ظهور      د- نمو

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الخامس : المشروبات الصحية بديل للمشروبات غير الصحية

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- لا تسبب المشروبات الغازية في زيادة الوزن. ( خ )
- ٢- ارتفاع مستويات السكر في الدم يتسبب بمرض السكري. ( ص )
- ٣- تعد المشروبات الغازية الدايت ليست الخيارا الصحيا البديل للمشروبات الغازية. ( ص )
- ٤- للمحليات الصناعية بديل السكر تأثير مفيد على البكتريا المفيدة في الجهاز الهضمي. ( خ )
- ٥- تخلو المشروبات الغازية من الفيتامينات . ( ص )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعيق ..... الموجود في المشروبات الغازية إمتصاص الجسم للكالسيوم .  
أ- السكر      ب- المحليات الصناعية      ج- حمض الفسفوريك      د- البروتين
- ٢- تحتوى المشروبات الغازية على كميات عالية من .....  
أ- الألياف .      ب- المعادن      ج- البروتينات      د- السكريات
- ٣- الافراط في تناول السكريات يصيب بـ ..... التغذية  
أ- سوء      ب- حسن      ج- زيادة      د- صحة
- ٤- يعيق ..... امتصاص الجسم للكالسيوم.  
أ- السكر      ب- المحليات الصناعية      ج- البروتين      د- الفيتامينات
- ٥- تخلو ..... من الفيتامينات والمعادن والبروتينات.  
أ- الزبادي      ب- المشروبات الغازية      ج- الفلكه      د- العسل
- ٦- تسبب السكريات الموجودة بالمشروبات الغازية ارتفاع مستوى ..... بالدم.  
أ- الفيتامينات      ب- الألياف      ج- البروتينات      د- الانسولين
- ٧- تضر المشروبات الغازية الدايت بالبكتريا المفيدة بالجهاز .....  
أ- العصبي      ب- الهضمي      ج- التنفسي      د- الحركي
- ٨- المشروبات الغازية تعمل على زيادة .....  
أ- الحرارة      ب- الصحة      ج- الفائدة      د- الشهية



٩- تتأثر صحة العظام وامتصاص الكالسيوم في الجسم بتناول .....

أ- البروتينات      ب- حمض الفوسفوريك      ج- حمض الاكتيك      د- الكربوهيدرات

١٠- تحتوى المشروبات ..... على مكونات ضارة بالجهاز الهضمي .

أ- الطازجة      ب- الصحية      ج- الغازية      د- الطبيعية

١١- تعمل المشروبات الغازية على الإضرار بصحة .....

أ- الرئتين      ب- الجلد      ج- العضلات      د- العظام

١٢- من الآثار السلبية للمشروبات الغازية .....

أ- فقدان الشهية      ب- فقدان الوزن      ج- السمنة      د- زيادة التركيز

١٣- من أضرار المشروبات الغازية .....

أ- السمنة      ب- تسوس الأسنان      ج- هشاشة العظام      د- جميع مسبق

١٤- تتسبب السكريات الموجودة في المشروبات الغازية الى ارتفاع مستوى ..... في الدم.

أ- السكر      ب- الملح      ج- البروتين      د- الفيتامينات

١٥- يجب استبدال المشروبات الغازية بـ .....

أ- المشروبات السكرية      ب- العصائر الطبيعية      ج- المشروبات الدايت      د- العصائر الصناعية

١٦- تؤثر المشروبات الغازية على صحة .....

أ- العيون      ب- الجلد      ج- العظام      د- الفم

١٧- الإفراط في تناول المشروبات ..... يؤدي الى سوء التغذية

أ- الغازية      ب- الصحية      ج- المثلجة      د- الساخنة

١٨- المشروبات ..... خالية من الفيتامينات والمعادن المفيدة للجسم

أ- الباردة      ب- الغازية      ج- الطبيعية      د- الصحية

١٩- المشروبات الغازية الدايت ..... اختياراً مفيداً للصحة

أ- دائماً      ب- ليست      ج- غالباً      د- أكيد

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع السادس : الوجبات السريعة

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- في الماضي الجميل عند إعداد الوجبات المميزة يتم تناولوها مع الأسرة في المناسبات . ( ص )
- ٢- وجبات الماضي كانت لا تراعي الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو. ( خ )
- ٣- الكبد، يُعد مصدرا غنياً ب البروتين فقط. ( خ )
- ٤- يعتبر الكبد غني ب الفيتامينات C ، E ، A ، K1 وحمض الفوليك، والبوتاسيوم. ( خ )
- ٥- تناول الوجبات الصحية يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية. ( خ )
- ٦- المناظر الكفو هو الذي يكون على استعداد للرد على حجج الطرف المقابل. ( ص )
- ٧- تحتوي الوجبات السريعة على الكثير من الدهون والسكريات والملح. ( ص )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يصاب الأطفال بفقر الدم نتيجة نقص .....  
أ- النحاس      ب- الحديد      ج- فيتامين a      د- الدهون
- ٢- زادت نسبة المصابين بالسمنة بسبب كثرة تناول .....  
أ- الفاكهة      ب- الخضراوات      ج- الوجبات السريعة      د- الطعام الصحي
- ٣- اكتسبت مطاعم الوجبات السريعة شعبية بسبب .....  
أ- التكلفة المناسبة      ب- التكلفة العالية      ج- المكونات الصحية      د- قيمته الغذائية
- ٤- البقاء طويلا في امكن العمل يزيد من الطلب على الوجبات .....  
أ- الصحية      ب- السريعة      ج- المنزلية      د- الطبيعية
- ٥- اكتسبت الوجبات ..... شعبية كبيرة من خلال تقديمها بسعر منخفض بالمطاعم المصرية  
أ) الاسيوية      ب) المنزلية      ج) السريعة      د) الصحية
- ٦- ساهمت الواجبات السريعة فى زيادة إنتشار أمراض .....  
أ- الدرن      ب- الكبد الدهني      ج- الأنفلونزا      د- الكورونا
- ٧- ساعد على زيادة استهلاك الوجبات السريعة انتشار .....  
أ- المدارس      ب- المستشفيات      ج- نوادي الالعاب الرياضية      د- مطاعم الوجبات السريعة
- ٨- تعتبر الوجبات السريعة سبب رئيسي لـ .....  
أ- السمنة      ب- سوء التغذية      ج- كل ما سبق      د- لاشئ مما سبق



٩- نفتقر الوجبات السريعة إلى .....

أ- الدهون ب- الكربوهيدرات ج- الفيتامينات د- السكريات

١٠- نفتقر الوجبات السريعة لبعض العناصر الغذائية مثل ..... مما يؤدي لانتشار الانيميا .

أ- الحديد ب- النحاس ج- الكالسيوم د- البروتين

١١- يسبب نقص معدن الحديد مرض .....

أ- الانيميا ب- السكري ج- هشاشة العظام د- السمنة

١٢- احدى الاطعمة التالية لا تعتبر من الوجبات السريعة .....

أ- البيتزا ب- الهمبرجر ج- الكبة الاسكندراني د- الشاورما

١٣- للحفاظ على الصحة يجب تجنب اعداد الطعام ب .....

أ- الشوي ب- البخار ج- القلي د- الفرن

١٤- تتميز الوجبات ..... باحتوائها على جميع العناصر الغذائية

أ - السريعة ب - المنزلية ج - المقلية د- الجاهزة

١٥- يحتاج الرياضيون الى وجبات .....

أ- سريعة ب- صحية ج- دهنية د- مقلية

١٦- يؤدي تناول الوجبات ..... الى سوء التغذية

أ- السريعة ب- المنزلية ج- الصحية د- البطيئة

١٧- تتسبب الوجبات السريعة بمرض فقر الدم بسبب نقص عنصر .....

أ - الحديد ب - الكالسيوم ج - اليود د - الزنك

١٨- تحتوي الوجبات السريعة على نسبة كبيرة من .....

أ - الألياف ب - الدهون ج - الفيتامينات د - المعادن

١٩- يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات .....

أ - المقلية ب - الدهنية ج - الجاهزة د - الصحية

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع السابع : البدائل الصحية للوجبات السريعة

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. تحتوي الوجبات الصحية على نسبة عالية من الدهون، والسكريات والملح. ( خ )
٢. يجب قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية لمقارنة قيمتها الغذائية بالمعلبات الغذائية الأخرى. ( ص )
٣. تعد الملوخية من الأطباق ذات القيمة الغذائية العالية، ( ص )
٤. تعد رقائق البطاطس من الأطعمة قليلة الدسم. ( خ )
٥. يستخدم الدقيق الأبيض لصنع مخبوزات صحية. ( خ )
٦. تحتوي الحلويات والمعجنات على نسبة عالية من السكر لذلك يعتبر غذاء صحي. ( خ )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعد الفول مصدراً غنياً للحصول على .....  
 (أ) الدهون والبروتين (ب) البروتين والألياف (ج) السكر والألياف (د) الكربوهيدرات والألياف
- ٢- إحدى الوجبات الخفيفة غير الصحية .....  
 (أ) الفواكه المجففة (ب) الحلويات (ج) الشوفان باللبن (د) الترمس
- ٣- تحتوي الوجبات الصحية على كمية كبيرة من .....  
 أ- الملح ب- النشويات ج- الفيتامينات د- السكر
- ٤- الأطعمة السريعة تحتوي على نسبة عالية من .....  
 أ- الفيتامينات ب- الألياف ج- البروتين د- الدهون
- ٥- زيت الزيتون من الزيوت .....  
 أ- الضارة ب- المشبعة ج- الصحية د- المهدرجة
- ٦- يعد ..... من الوجبات السريعة  
 أ- الملوخية ب- البرجر ج- البصارة د- العدس
- ٧- يعد ..... أحد الأطعمة كثيرة الدسم .  
 أ- الفشار ب- الفول ج- الزبادي د- البرجر
- ٨- تحتوي رقائق البطاطس على كمية كبيرة من .....  
 (أ) الدهون (ب) الألياف (ج) البروتينات (د) الكالسيوم
- ٩- يحتوي خبز الحبوب الكاملة على كميات من .....  
 أ- الأملاح ب- السكر ج- الألياف د- الدهون
- ١٠- البرجر الجيد والصحي يصنع في .....  
 أ- المطعم ب- المصنع ج- المنزل د- المتجر
- ١١- من أشهر الأكلات السيئاً طبق .....  
 أ- الفشار ب- الفول ج- الزبادي د- البرجر



- ١٢- من الوجبات الخفيفة ..... وتعتبر مصدر جيداً للبروتين والكالسيوم.  
 أ- الزبادي ب- الوجبات السريعة ج- البطاطس د- الأرز
- ١٣- ساهمت الوجبات السريعة في انتشار أمراض .....  
 أ- الدرن ب- الكبد الدهني ج- الانفلونزا د- الكورونا
- ١٤- للعيش بصحة جيدة ينبغي أن تستبدل رقائق الذره ب- .....  
 أ- المعجنات ب- المكسرات ج- رقائق البطاطس د- الحلوى
- ١٥- تحتوى الوجبات الصحية على كميات كبيرة من .....  
 أ- الملح ب- النشويات ج- الفيتامينات د- الألياف
- ١٦- يعد ..... من البدائل الصحية للوجبات السريعة  
 أ- الدجاج المقلي ب- رقائق البطاطس ج- الفشار د- الحلوى
- ١٧- الخبز المصنوع من الحبوب الكاملة يزداد في محتوى .....  
 أ- السكريات ب- الألياف ج- الأملاح د- الدهون
- ١٨- احدى الوجبات الخفيفة الغير صحية .....  
 أ- الفواكه المجففة ب- بسكويت الشوفان ج- الحلوى د- السلطة الخضراء
- ١٩- تعتبر ..... من الأطباق المصرية ذات القيمة الغذائية العالية  
 أ- الملوخية ب- البينزا ج- البرجر د- الشاورما
- ٢٠- يعتبر ..... مصدر نباتي للبروتين والألياف  
 أ- البطاطس المقلية ب- الفول المدمس ج- المربي د- اللبن
- ٢١- أخصائي ..... هو الشخص المتخصص في مجال التغذية ويضع خطط لوجبات لتحسين الصحة.  
 أ- النفسي ب- التغذية ج- الاجتماعي د- الزراعي
- ٢٢- للحفاظ على الصحة يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات .....  
 أ- المملحة ب- الدهنية ج- الصحية د- المقلية
- ٢٣- تشتهر مناطق الدلتا في مصر بطبق .....  
 أ- المحشي ب- المندي ج- البينزا د- البرجر
- ٢٤- تصبح الوجبات التقليدية لذیذة عند إضافته ..... عليها.  
 أ- الأملاح ب- التوابل ج- الدهون د- الزيت

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع الثامن : الترويج للسياحة عبر المسرح

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- عند تأليف مسرحية يجب على كل فرد في مجموعتك المساهمة في أفكار إبداعية. (ص)
- ٢- يجب أن يتناغم المشهدين ليخبرا قصة واحدة مترابطة. (ص)
- ٣- يمكن إعداد الأزياء والعناصر الداعمة من البيئة المحيطة بك. (ص)
- ٤- احرص على اتّباع الاحتياطات أثناء وجودك على خشبة المسرح. (ص)
- ٥- المشهد هو جزء من المسرحية ككل. (ص)

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- أحد اجراءات السلامة في المسرح لا يلمس معدات الإضاءة إلا .....  
(أ) المخرج (ب) الممثل (ج) الفني (د) المدير
- ٢- تعرض المسرحيات على ..... المسرح امام الجمهور  
أ- حائط ب- كرتون ج- خشبة د- مقعد
- ٣- الشخص المسموح له بالتعامل مع اسلاك ومعدات الإضاءة .....  
(أ) المخرج (ب) الممثل (ج) الفني (د) المعلم
- ٤- يمكن الترويج ..... باستخدام المسرح.  
(أ) للصناعة (ب) للسياحة (ج) للتجارة (د) للزراعة
- ٥- احد العاملين الاساسيين بالمسرحية .....  
أ- الطبيب ب- المعلم ج- السباك د- المخرج
- ٦- للدعاية إلى مصر يمكن صناعة مسرحية عن المعبودات ..... ومنها ر.ع.  
أ- العراقية ب- السورية ج- المصرية د- المغربية
- ٧- يمكن صنع ..... المسرحية الصفية من النسيج الملون.  
أ- ازياء ب- شخصيات ج- إضاءة د- أحداث
- ٨- تعد النافذة المزينة على المسرح جزء من .....  
أ- الاضاءة ب- الأزياء ج- الديكور د- الملابس
- ٩- يستخدم النسيج الملون في صناعة .....  
أ- الأسلاك ب- الإضاءة ج- أزياء المسرحية د- الديكور



- ١٠- يمكن صنع ازياء المسرحية الصفية من .....
- أ- قطع حديد      ب- النسيج الملون      ج- الماء      د- الصخور
- ١١- تستخدم شرائح الكرتون في المسرحية الصفية لصناعة .....
- أ- الازياء      ب- الشخصيات      ج- الديكور      د- الاضاءة
- ١٢- يعتبر ..... جزء من المسرحية ككل
- أ- الإعداد      ب- المشهد      ج- المكان      د- الزمان
- ١٣- روج المسرح لموضوعات كثيرة منها .....
- أ- السياحة      ب- السينما      ج- الأفلام      د- الأموال
- ١٤- يجب أن يكون لكل ..... بداية وعقدة وخاتمة
- أ- مشهد      ب- عقدة      ج- إطار      د- اعداد
- ١٥- يعتبر ..... أحد العاملين الأساسيين في المسرحية
- أ- المخرج      ب- المدير      ج- المدرس      د- النجار
- ١٦- تعتبر ..... هي سلسلة من الأحداث المترابطة
- أ- المشهد      ب- الحبكة      ج- الأعداد      د- الموضوع
- ١٧- يجب ان لا تكون ..... المسرح في عيون الحاضرين.
- أ- اضاءة      ب- ستائر      ج- خشبة      د- ميكرفون

### المحور الثالث: أسئلة الموضوع التاسع : شخصيات مصرية مؤثرة السيدة صفية زغول

#### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يرجع سبب تسميت صفية زغول إلى والدها. ( خ )
- ٢- امتنعت النساء عن المشاركة في ثورة ١٩١٩ ضد الاحتلال البريطاني. ( خ )
- ٣- قلمت ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الاحتلال البريطاني. وحقت الثورة أهدافها، ( ص )
- ٤- سميت بعض الشوارع في القاهرة فقط باسم صفية زغول. ( خ )
- ٥- يُعتبر العمل التطوعي من أساسيات تحقيق التماسك الاجتماعي في أي مجتمع. ( ص )

#### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- سيدة مصرية تزوجت من القاضي المصري سعد زغول بلثا هي .....  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٢- ركزت على حقوق المرأة في وقت كانت حقوق المرأة المصرية فيه قليلة وكان تدخلها نادرا.  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٣- لقبها المصريون بـ«أم المصريين» تعبيراً عن حبهم واحترامهم لها .  
أ- صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- سميرة موسى      د- عائشة عبد الرحمن
- ٤- حول منزل آل زغول المعروف بـ«منزل الأمة» إلى .....  
أ- مسرح      ب- سينما      ج- برج سكني      د- متحف.
- ٥- لقب المصريون السيدة صفية زغول بـ .....  
أ - سيدة المسرح      ب - أم المصريين      ج - كوكب الشرق      د- المراه الحديدية
- ٦- تحول بيت آل زغول المعروف ببيت الأمة عام ١٩٢٥ الي .....  
أ - فندق      ب- مكتبة      ج- متحف      د- مسرح
- ٧- تزوجت السيدة صفية زغول من القاضي المصري .....  
أ - مصطفى محمود      ب- سعد زغول      ج- طلعت حرب      د- احمد عرابي
- ٨- شاركت السيدة صفية زغول في ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الاحتلال .....  
أ - البريطاني      ب- الفرنسي      ج- الروسي      د- الألماني
- ٩- لقب المصريون السيدة ..... بأم المصريين.  
أ - صفية زغول      ب- سميحة أيوب      ج- هدي شعراوي      د- نبوية موسى



- ١٠- كان منزل ال زغلول يعرف بـ .....
- أ - بيت الرجل      ب- بيت الأمة      ج - مكتبة الشعب      د - دار الحكمة
- ١١- عملت السيدة صفية زغلول علي تعزيز حقوق .....
- أ - المرأة المصرية      ب- الفنان المصري      ج- الفلاح المصري      د- الطفل المصري
- ١٢- كانت السيدة صفية زغلول تجيد اللغة .....
- أ- الفرنسية      ب - الصينية      ج- الألمانية      د - التركية

الخوارزمي  
بلال خضر  
01065760483

## المحور الثالث: أسئلة الموضوع العاشر : المستكشف النشط

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- وثقت الصور التي التقطتها روزوم مورتون خلال جائحة كورونا، إجراءات السلامة المتبعة. (ص)
- ٢- يتم اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفيات بصفة عامة لتفادي تفشي فيروس كورونا. (ص)
- ٣- السيدة مورتون طبيبة في قسم الجراحة، وتعتني بالمرضى. (خ)
- ٤- يتلقى الممرضون المعتمدون حديثاً تدريباً عملياً في مكان العمل في البداية. (ص)
- ٥- لا يمكنك مساعدة الفرد الذي يعاني من الاختناق. (خ)
- ٦- اذا لم يتمكن من الشخص الذي يعاني من الاختناق التكلم أو التنفس، فقم بإجراء ضغطات البطن. (ص)

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يعد التمريض مهنة اساسيه في كل .....  
 أ- المصانع      ب- المتاجر      ج- المدارس      د- المستشفيات
- ٢- يحرص الممرضون على تقديم ..... للأشخاص الذين يحتاجون لها  
 أ- النقود      ب- الرعاية      ج- الملابس      د- الكتب
- ٣- اذا كان الشخص الذي يعاني الاختناق ويستطيع التنفس يجب تشجيعه على .....  
 أ) الكلام      ب) السعال      ج) القيء      د) الصراخ
- ٤- تعمل السيدة روزوم مورتون..... في مستشفى بالولايات المتحدة الأمريكية  
 أ- معلمة      ب - ممرضة      ج- مدربة      د - مربية
- ٥- يقدم الممرضون ..... للأشخاص الذين يحتاجون اليها.  
 أ - الرعاية      ب- الطعام      ج - الأفكار      د - الملابس
- ٦- تقدم السيدة روزوم مورتون نصائح للشباب لأتباع نمط حياة.....  
 أ - صحي      ب - سريع      ج - بطئ      د - سيئ
- ٧- تعمل السيدة روزوم مورتون ممرضة في قسم .....  
 أ - القلب      ب - الطوارئ      ج - الجراحة      د - الأسنان
- ٨- يتلقى الممرضون ..... مستمرة في مجال عملهم.  
 أ - مشريع      ب - تدريبات      ج - أموال      د - هدايا
- ٩- صورت السيد روزوم مورتون حياتها ك..... أثناء جائحة كورونا.  
 أ - طبخة      ب - معلمة      ج - ممرضة      د - محامية



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الأول : تطوير مهارات الأعمال

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يصعب على الأفراد تطوير مهاراتهم المهنية. ( خ )
- ٢- يمكن اكتساب بعض من المهارات الشخصية من خلال التعلم الأكاديمي. ( ص )
- ٣- تطوير المهارات الشخصية ذو أهمية، لذلك لا بد من البدء في تطويرها مبكراً. ( ص )
- ٤- يمكن للطلاب المشاركة في عدد من التجارب خارج المدرسة للاطلاع على المهارات الشخصية. ( ص )
- ٥- تتيح الوظائف لفترة محددة من الوقت للطلاب اكتشاف الوظائف التي تتماشى مع تطلعاته المهنية. ( ص )
- ٦- يمكن للطفل صغير السن ان يعمل لفترات محددة من الوقت. ( خ )
- ٧- تفقد العلاقات الاجتماعية المكونة من العمل التطوعي إلى تطوير الذات وتعلم مهارات جديدة. ( ص )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- تعد من الوسائل التي تتيح للطلاب اكتساب المهارات الشخصية .....  
 أ- العمل لفترة محددة ب- السفر للخارج ج- ترك الدراسة د- لاشئ مما سبق
- ٢- تعد من الوسائل التي تتيح للطلاب اكتساب المهارات الشخصية .....  
 أ- العمل لفترة طويلة ب- السفر للخارج ج- ترك الدراسة د- التقدم الى فرص التدرج
- ٣- يمكن للطلاب ..... ان يعمل لفترات محددة من الوقت.  
 أ- صغير السن ب- كبير السن ج- كلاهما د- لاشئ مما سبق
- ٤- يساهم ..... في تكوين علاقات اجتماعية، وذلك من خلال عمله مع الآخرين.  
 أ- العمل التطوعي ب- العمل الاجباري ج- السفر للخارج د- لاشئ مما سبق
- ٥- تشمل المهارات الفنية التدريب الأكاديمي في مجالات مختلفة مثل .....  
 أ) الصناعة والزراعة ب) الأزياء ج) الفنون د) جميع ما سبق
- ٦- تتحقق المواطنة المسؤولة في خدمة المجتمع عبر .....  
 أ- زيادة امكان العمل ب- الوظائف المؤقتة ج- العمل التطوعي د- ممارسة الألعاب
- ٧- يعد ..... من المهارات الفنية.  
 أ) تنسيق الحدائق ب) التفكير التحليلي ج) الوعي الذاتي د) الادراك
- ٨- يمكن اكتساب ..... من خلال العمل التطوعي.  
 أ- الأموال ب- المناصب ج- المهارات د- المسابقات
- ٩- التدريب المهني يزود الأفراد بمهارات .....  
 أ- فنية ب- سياحية ج- القدرة على التكيف د- المرونة

- ١٠- يمكن للأفراد تطوير المهارات واكتسابها بسهولة بمجرد ..... في التجارب التعليمية والعملية .
- أ- المغادرة      ب- الالتحق      ج- الانخراط      د- الانقطاع
- ١١- يشمل التدريب الأكاديمي للمهارات الفنية في قطاع الأعمال كل ذلك ما عدا .....
- أ- الصناعة      ب- الزراعة      ج- الأزياء      د- المبيعات
- ١٢- يلزم للنجاح في العمل .....
- أ- السعي      ب- تنمية المهارات الشخصية      ج- كل ما سبق      د- لاشئ مما سبق
- ١٣- تشمل المهارات الفنية .....
- أ- التفكير التحليلي      ب- التفكير الإبداعي      ج- تصميم الأزياء      د- الوعي الذاتي
- ١٤- يحقق العمل التطوعي مبدأ .....
- أ- العدالة      ب- الامانة      ج- المواطنة      د- كل ما سبق
- ١٥- يستكشف الطالب الوظيفة الملائمة لتطلعاته من خلال .....
- أ- العمل التطوعي      ب- التعلم الأكاديمي      ج- الوظائف المؤقتة      د- زيارة الاقارب
- ١٦- تعتبر من المهارات الفنية المهمة .....
- أ- حياكة الملابس      ب- المرونة      ج- التحفيز      د- الملائمة
- ١٧- يتحقق نجاح الموظف أو فشله باكتسابه .....
- أ) الوزن      ب) المال      ج) المهارات      د- الجوائز
- ١٨- تحديد النبئات المناسبة في تصميم وتنسيق الحدائق احدى المهارات .....
- أ- الفنية      ب- الشخصية      ج- الموسيقية      د- اللغوية
- ١٩- تعتبر مهارة ..... من المهارات الشخصية
- أ - التفكير التحليلي      ب - الفنية المهنية      ج - استخدام البرامج      د - تنسيق المشاريع
- ٢٠- تعد مهارة تنسيق وتصميم الحدائق من المهارات .....
- أ - الشخصية      ب - الفنية      ج - الفكرية      د- التحليلية
- ٢١- المهارات ..... من أهم أنواع المهارات التي يجب أن يمتلكها الأشخاص.
- أ - الشخصية      ب - الفنية      ج - العالمية      د - الرسمية
- ٢٢- التدريب الأكاديمي يعمل علي تزويد الأفراد بالمهارات ..... الخاصة بعملهم
- أ - الفنية      ب - السلمية      ج - السيلسية      د - العلمية



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الثاني : فن تنسيق الأزهار

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون الحديثة. ( خ )
- ٢- يستخدم الاسبرين ليحافظ على الازهر بإضافة قرص في المزهريّة. ( ص )
- ٣- يفضل وضع الازهار في أماكن مغلقة وبدون اشعة الشمس. ( ص )
- ٤- يفضل وضع الازهار في مكان شديد الإضاءة. ( خ )
- ٥- في التنسيق المتمثل للازهار يكون الجانبين مختلفين. ( خ )
- ٦- في التنسيق غير المتناظر للازهار يكون الجانبين مختلفين. ( ص )
- ٧- يستخدم التنسيق غير المتمثل مع الاواني ذات الفوهة الضيقة. ( خ )
- ٨- يعتبر فن تنسيق الزهور من الفنون العريقة القديمة. ( ص )
- ٩- للحفاظ على الزهور بعد قطفها يجب قطع الساق قطعاً مائلاً. ( ص )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون .....  
 أ- الجديدة      ب- الحديثة      ج- القديمة العريقة      د- التقليدية
- ٢- يتبع منسقو الأزهار أساليب ..... لتنسيق الأزهار، بعد قطفها  
 أ- مختلفة      ب- متشابهة      ج- متطابقة      د- متكررة
- ٣- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ..... لمدة ساعة  
 أ- ماء بارد      ب- ماء دافئ      ج- ماء مثلج      د- ماء فاتر
- ٤- لحفظ الأزهار في المزهريّة يتم إضافة قليل من ..... ليمنحها بالطاقة.  
 أ) الملح      ب) السكر      ج) العسل      د) الدقيق
- ٥- عند اختيار الزهور للتنسيق يجب أن تكون سيقانها .....  
 أ- لينه      ب- مفككه      ج- متماسكه      د- مجزاه
- ٦- يستخدم التنسيق للازهار في الأواني ذات الفوهة الضيقة .....  
 أ) المتناظر      ب) غير المتناظر      ج- الرأسى      د- العشوائى
- ٧- الأوراق الموجودة بسفل ساق الزهرة سريعة .....  
 أ) النمو      ب) التكاثر      ج) التعفن      د) التلون
- ٨- للحفاظ على الازهار بعد القطف يجب وضعها بعيدة عن .....  
 أ- الماء      ب- الأسمدة      ج- المبيدات      د- الشمس

- ٩- التنسيق المتناظر الرأسي من طرق .....
- أ- تطوير مهارات الأعمال      ب- تنسيق الأزهار      ج- إعادة التدوير      د- الترويج للمنتجات
- ١٠- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغرس سيقانها في ماء بارد لمدة .....
- أ- ساعة      ب- ساعتين      ج- ٣ ساعات      د- ٤ ساعات
- ١١- توضع الأزهار بشكل متدرج في الطول في التنسيق .....
- أ- الرأسي      ب- المتماثل      ج- غير المتماثل      د- غير الرأسي
- ١٢- يتم إطالة عمر الأزهار في الأواني الزجاجية ببطالة .....
- أ- عنق الأزهار      ب- الأوراق      ج- الجذور      د- البذور
- ١٣- للحفاظ على الأزهار بعد قطعها يجب عدم تعرضها لـ .....
- أ- المياه الباردة      ب- تيارات الهواء      ج- الأسمدة الطبيعية      د- المبيدات الحشرية
- ١٤- لحفظ الأزهار بعد قطعها تتم إضافة ..... لماء الزهرية
- أ- الأسمدة      ب- الأسبرين      ج- العطور      د- المبيدات
- ١٥- تخزين كمية من الغذاء في عنق الزهرة يساعد على ..... الزهرة .
- أ- بهتان لون      ب- تقليل طول      ج- زيادة عمر      د- موت
- ١٦- لابد أن يكون منسق الزهور ..... في تنسيق الأزهار.
- أ) ضعيفا      ب) جاهلا      ج) بلرعا      د) فاشلا
- ١٧- يتم أضاقه .....إلى ماء المزهرية لحفظ الأزهار.
- أ- قرص أسبرين      ب- قطعة قماش      ج- قطعه بلاستيكية      د- مادة غذائية
- ١٨- يجب غمر سيقان الأزهار لمدة ساعة في ماء ..... قبل حفظها
- أ- ساخن      ب- بارد      ج- مغلي      د- دافئ
- ١٩- التنسيق الرأسي للأزهار يتم في الأواني ذات الفوهة .....
- أ- الواسعة      ب- الكبيرة      ج- الضيقة      د- الضخمة
- ٢٠- من طرق تنسيق الأزهار .....
- أ- الرأسي      ب- الأفقي      ج- العلوي      د- الملون
- ٢١- يتم إضافة .....إلى ماء المزهرية لمد الأزهار بالطاقة
- أ- الألوان      ب- السكر      ج- الملح      د- الورق
- ٢٢- عند تنسيق الأزهار تقطع سيقان الأزهار قطعاً ..... قبل وضعها في المزهرية
- أ- رأسياً      ب- مائلاً      ج- أفقياً      د- دائرياً



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الثالث : فن التطريز وإعادة التدوير للملابس

### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- الغرز الجيدة هي التي تكون مرتبة وتصميمها جذاب. (ص)
- ٢- استخدام الأنواع المختلفة من الغرز تتمكنك من إضافة المزيد من التنوع إلى تصميمك. (ص)
- ٣- يمكنك إعادة تدوير ملابسك بدون أن تطلب الاذن من والديك. (خ)
- ٤- اكتشف أول عمل تطريز في مقبرة الملك توت عنخ آمون . (ص)
- ٥- يعد فن التطريز أحد طرق إعادة تدوير الملابس. (ص)

### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- اكتشف أول عمل تطريز في مقبرة الملك .....  
أ- توت عنخ آمون      ب- رمسيس      ج- اخناتون      د- امنتحتب
- ٢- يمكنك نقل تصميمك الى قطعة ملابسك باستخدام .....  
أ- قلم رصاص .      ب- قلم جاف      ج- قلم حبر      د- قلم سبورة
- ٣- ..... هم اول من استخدم فن التطريز لتزيين الملابس والمنسوجات.  
أ) الأمريكيون      ب) الهنود      ج) القدماء المصريين      د) الصينيون .
- ٤- لتقليل استخدام الطاقة نقوم بـ ..... الملابس.  
أ) إعادة تدوير      ب) صناعة      ج) غسل      د) كي
- ٥- يساعد فن ..... في إعادة تدوير الملابس.  
أ- الرسم      ب- التطريز      ج- التمثيل      د- الشعر
- ٦- لحماية البيئة يجب إعادة تدوير الملابس ..... التي تسبب أضرار للبيئة.  
أ- الجديدة      ب- القديمة      ج- الرائحة      د- الخفيفة
- ٧- يساعد فن ..... في إعادة تدوير الملابس  
أ- التطريز      ب- الرسم      ج- التمثيل      د- الشعر
- ٨- تعد البطانيه أحد أنواع ..... فن التطريز.  
أ- تصميمات      ب- أدوات      ج- منتجات      د- غرز
- ٩- لحماية البيئة يجب الاهتمام بـ .....  
أ- رش المبيدات      ب- حرق المخلفات      ج- إعادة التدوير      د- استهلاك الموارد

١- فن التطريز هو فن صناعة .....

أ- الكتب التراثية ب- التماثيل المنحوتة ج- الملابس المزينة د- المباني

١١- أول خطوات اعادة تدوير الملابس بالتطريز في تحديد .....

أ) مساحه ب) الوان ج) خيوط د) غرز

١٢- يستخدم فن ..... في إعادة تدوير الملابس

أ - التصوير ب - التطريز ج - الشعر د - الأدب

١٣- تم اكتشاف أول عمل مطرز داخل مقبرة .....

أ - أمريكية ب - فرعونية ج - هندية د - إنجليزية

١٤- لإعاده تدوير الملابس القديمه نستخدم ..... لتطريزها

أ - الصور القديمة ب - الخيوط الملونه ج - القطع المعدنية د - قطع مطلطية

١٥- يمكن استخدام ..... للحصول علي تصميمات جديدة للتطريز

أ - المجالات ب - الإنترنت ج - اللوحات الجدارية د - جميع ما سبق

١٦- تعتبر ..... من التصاميم المستوحاه من الطبيعة.

أ - أوراق الشجر ب - الأشكال الهندسية ج - الأشكال الدائرية د - الأشكال التقليدية

١٧- يعتبر فن ..... من الفنون القديمة.

أ - التطريز ب - الجرافيك ج - الكرتون د - التجريدي

١٨- استخدم المصريون القدماء الخيوط المصنوعه من ..... لصناعه القطع المميزة

أ - القطن ب - الذهب ج - المعدن د - المطاط

١٩- يمكن إعاده تدوير الملابس القديمة بأستخدام .....

أ - غرز التطريز ب - القص واللصق ج - الصلصال الملون د - الورقه والقلم

٢٠- من أنواع غرز التطريز ..... المستخدمة عند إعادة تدوير الملابس

أ - السلسلة ب - البطانية ج - الفرع د - جميع ما سبق

٢١- إنتاج ملابس جديدة يستهلك كميات كبيرة من .....

أ - البلاستيك ب - الطاقة ج - الأحجار د - الماء



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الرابع : صنع فانوس

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- استخدمت شروق لتحديد خطوط التصميم غرزة الفرع . ( ص )
- ٢- استخدمت شروق لملء الفراغات غرزة الفرع. ( خ )
- ٣- يمكنك إضافة ضوء لفانوسك مستعينا بمصباح وبطارية, ( ص )
- ٤- يصنع الفانوس للاحتفال بشهر ذي الحجة. ( خ )
- ٥- تستخدم الغراء في تجميع أجزاء الفانوس الخشبي ( ص )

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- يفضل استخدام ..... عند صناعة الفانوس اليدوي لسهولة التعامل معه.
  - أ- الحديد
  - ب- النحاس
  - ج- الخشب
  - د- البلاستيك
- ٢- رسم تصميم الفانوس على الورقة بحجم ..... في المائة.
  - أ) خمسين
  - ب) سبعين
  - ج) مائة
  - د) عشرة
- ٣- نضئ الفانوس الخشبي بوضع ضوء يعمل ..... داخل الفانوس
  - أ) بالمولد
  - ب) بالبنزين
  - ج) بالبطارية
  - د) بالبرق
- ٤- يتم تجميع أجزاء الفانوس الخشبية باستخدام .....
  - أ- الغراء
  - ب- المثقاب
  - ج- مسدس الشمع
  - د- المنشار
- ٥- من المواد اللازمة عند صناعة الفانوس .....
  - أ- خشب
  - ب- ورق صنفرة
  - ج- طلاء
  - د- كل ما سبق
- ٦- يمكن استخدام في تحديد التصميم الذي يزين به الفانوس .....
  - أ- غرزة الفرع
  - ب- ورق الكالك
  - ج- الصنفرة
  - د- القماش
- ٧- استخدمت الفوانيس لأول مره في مصر للاحتفال بـ .....
  - أ- عيد الاضحى
  - ب- عيد الفطر
  - ج- عيد العمال
  - د- شهر رمضان
- ٨- تراعي عند صناعة فانوس يدوي اختيار تصميم .....
  - أ- مركب
  - ب- معقد
  - ج- بسيط
  - د- ضعب
- ٩- لتحديد حجم التصميم على الفانوس نستخدم ورق .....
  - أ- الصنفرة
  - ب- الكرتون
  - ج- الشجر
  - د- الكالك
- ١٠- احتفل المصريون القدماء بحلول شهر رمضان باستخدام .....
  - أ- الفوانيس
  - ب- الشموع
  - ج- الكشافات
  - د- الهواتف
- ١١- ارتبط الفانوس بشهر .....
  - أ) شوال
  - ب) شعبان
  - ج) رجب
  - د) رمضان

- ١٢- يجب ارتداء النظارات الواقية أثناء صناعة الفانوس لحماية .....
- (أ) اليدين (ب) القدمين (ج) الاثنيين (د) العينين
- ١٣- يمكن تغليف الفانوس بالقماش المطرز ويثبت باستخدام .....
- أ- فرشاة الطلاء ب- المثقاب ج- المنشار د- مسدس الشمع
- ١٤- من الأدوات المستخدمة عند صناعة فانوس .....
- أ- غراء لاصق ب- قطع خشب ج- مسدس شمع د- جميع ما سبق
- ١٥- يجب ارتداء ..... الواقية لحماية العينين عند صناعة الفانوس.
- أ- الأحذية ب- النظارات ج- الخوذة د- الأقفحة
- ١٦- يمكن اضافته بعض غرز التطريز لـ ..... الفانوس.
- أ- تزيين ب- تجميع ج- لصق د- نقل
- ١٧- نستخدم ..... لتجميع أجزاء الفانوس
- أ- الغراء ب- الطلاء ج- القماش د- الصفرة
- ١٨- يفضل صناعة الفانوس من ..... لسهولة التعامل معه
- أ- البلاستيك ب- الخشب ج- الحديد د- الألومنيوم



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع الخامس : الترويج لابتكاراتك

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- تصميم شعار جذاب يؤدي دورا محوريا في تفرد المنتج عن غيره. (ص)
- ٢- الأكشاك التي تحظى بإقبال أكبر هي تلك التي يرحب مروجوها بالعملاء بطريقة ودية. (ص)
- ٣- تستخدم اللافتات لاطهار الفوضى والمعدات. (خ)
- ٤- يجب أن تتدرب على كيفية عرض المنتجات. (ص)
- ٥- يمكنك جذب العملاء إلى كشك عبر العمل على عناصر جديدة مثل تصميم دعوات للمعرض. (ص)
- ٦- يجب أن تهتم بعمل ملصقات ترويجية لعملك الخيري. (ص)

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- للبقاء على تواصل مع العملاء نقوم بعمل .....  
 أ) شعار (ب) علامة تجارية (ج) ملصقات ترويجية (د) اعلان
- ٢- لنجاح المعرض يجب الترحيب بالزوار بطريقة .....  
 أ- عدائية (ب- ودية (ج- عنيفة (د- سلخرة
- ٣- يتم عرض الأعمال الفنية في .....  
 أ- المتاجر العامة (ب- المعارض المدرسية (ج- معرض السلع المنتجة (د- جميع ما سبق
- ٤- أفضل الطرق للترحيب بالعملاء في المعارض الطريقة .....  
 أ- الصارمة (ب- الرسمية (ج- الودية (د- التنافسية
- ٥- تصميم ..... جذاب يؤدي دورا محوريا في تفرد المنتج.  
 أ - أكشاك (ب- أرفف (ج- شعار (د- كتب
- ٦- من العوامل التي تساعد علي جذب العملاء لشراء المنتجات .....  
 أ- شعار جذاب (ب- مكان العرض (ج- الترحيب بالعملاء (د- جميع منسق
- ٧- عند تصميم منتج يجب أبتكر ..... جذاب للترويج له  
 أ- حجم (ب- علامه (ج- شعار (د- غلاف
- ٨- لإضافة مساحة الي العرض بشكل عمودي نستخدم .....  
 أ- الرفوف (ب- الملصقات (ج- الشاشات (د- العلامات
- ٩- ..... عبارة عن رمز أو كلمة تعبر عن العمل.  
 أ- الصورة (ب- الشعار (ج- الشاشة (د- اللافتة
- ١٠- يمكن استخدام ..... لإخفاء الفوضى.  
 أ- لافتات (ب- شاشات عرض (ج- غطاء طولة طويل (د- جميع ما سبق

## المحور الرابع: أسئلة الموضوع السادس : شخصيات مصرية مؤثرة د/ أحمد المستجير

### السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- دكتور احمد المستجير يعد من اشهر أطباء القلب في العالم. ( خ )
- ٢- حشد الدكتور احمد المستجير جهوده في استنباط أنواع جديدة من سلالات النحل. ( خ )
- ٣- أسس دكتور احمد المستجير مركز علوم الوراثة. ( ص )
- ٤- الهدف من مشروع زراعة الفقراء هو زراعة القمح والأرز يتحمل ملوحة الأرض. ( ص )
- ٥- من أهم إنجازات الدكتور أحمد مستجير، مشروع زراعة الفقراء. ( ص )

### السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- مشروع زراعة الفقراء نستفيد منه في زراعة ..... في الدول النامية.
  - أ- الصحراء ب- الأرض الخصبة ج- الجبل د- لاشئ مما سبق
- ٢- زراعة الفقراء مصطلح يهدف لاستنباط سلالات جديدة من .....
  - أ- القمح ب- القصب ج- التفاح د- المانجو
- ٣- ولد الدكتور أحمد مستجير بمحافظته .....
  - أ- القاهرة ب- الدقهلية ج- الأسكندرية د- قنا
- ٤- أصبح دكتور أحمد مستجير عميداً لكلية .....
  - أ- التجارة ب- الزراعة ج- الطب د- الهندسة
- ٥- استفادت دول كثيرة من أبحاث د/أحمد مستجير عن زراعته محصول ..... بمياه البحر.
  - أ- الفراولة ب- القمح ج- الفول د- الموز
- ٦- يعتبر مشروع ..... من أبرز مشروعات د/أحمد مستجير.
  - أ- زراعته الفقراء ب- سلالات البطاطس ج- البذور المختلفة د- تربية الحيوانات
- ٧- حصل د/أحمد مستجير علي جائزة الدولة التقديرية في .....
  - أ- الفنون والأدب ب- العلوم والزراعة ج- العلوم الاجتماعية د- الفيزياء الطبيعية
- ٨- حصل الدكتور أحمد مستجير علي بكالوريوس ..... من جامعة القاهرة
  - أ- الزراعة ب- التجارة ج- الهندسة د- الطب
- ٩- يعتبر دكتور أحمد مستجير رائد علم ..... في مصر والعالم العربي
  - أ- الطب الوقائي ب- الهندسة الوراثية ج- الذكاء الاصطناعي د- تكنولوجيا الفضاء
- ١٠- استطاع د/أحمد مستجير اكتشاف سلالات جديدة من القمح والأرز تتحمل درجة عالية من .....
  - أ- الأتربة والرياح ب- الحرارة والرطوبة ج- الملوحة والجفاف د- الهواء الشديد
- ١١- أصبح د/أحمد مستجير عضواً في الكثير من الهيئات والجمعيات منها .....
  - أ- مجمع الخالدين ب- الجمعية المصرية للعلوم الوراثية ج- جميع ما سبق د- الجمعية المصرية لعلوم الإنتاج الحيواني
- ١٢- للدكتور أحمد مستجير ايضاً أسهمات في ..... مثل كتاب (علم أسمه السعاده).
  - أ- الكتابة الأدبية ب- الفن ج- الرسم د- المسرح



## المحور الرابع: أسئلة الموضوع السابع : المستكشف النشاط

## السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

- ١- مصطلح رائد الأعمال يشير إلى الشخص الذي يحدد فرصة تجارية، (ص)
- ٢- استخدام السيدة هوي شبكة الإنترنت لتسويق الأعمال الفنية، (ص)
- ٣- لا يمكنك بدء مشروعك الصغيرة بأموال محدودة. (خ)
- ٤- لتصبح رائد أعمال عليم أن تتجاهل شريحة العملاء التي تستهدفهم. (خ)

## السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- ..... هو الأموال أو معدات التي يحتاجها رواد الأعمال عند البدء في تأسيس مشروع تجاري صغير
  - أ- رأس المال
  - ب- المتجر
  - ج- القرض
  - د- التكلفة
- ٢- أنشأت السيدة ريبيكا هوي ..... للتسويق للأعمال الفنية للفنانين بدون ضرر
  - أ- موقع إلكتروني
  - ب- مؤتمر فني
  - ج- معارض الفنية
  - د- سوق يومي
- ٣- يعتبر ..... هو الأموال والمعدات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري.
  - أ- السوق التجاري
  - ب- رأس المال
  - ج- المشروع الصغير
  - د- التسويق الإلكتروني
- ٤- تقوم السيدة ريبيكا هوي بتخصيص جزء من أرباح الشركة لتحسين .....
  - أ- المنازل
  - ب- المجتمع
  - ج- الفن
  - د- الصحة
- ٥- ساعد مشروع السيدة ريبيكا هوي الفنانون في المجتمعات و القرى علي .....
  - أ- الحصول علي المال اللازم للتعليم
  - ب- تسويق تصميماتهم
  - ج- عدم مغادرة القرى الي المدن للبحث عن عمل
  - د - جميع ما سبق
- ٦- يعتمد مشروع السيدة ريبيكا هوي علي تسويق وعرض التصميمات .....
  - أ- الفنية
  - ب- الهندسية
  - ج- الملونه
  - د- الطبية
- ٧- تعتبر السيدة (ريبيكا هوي) ..... في ناشيونال جيوغرافيك.
  - أ- رائده أعمال
  - ب- ممرضه
  - ج- طباخه
  - د- معلمة
- ٨- الشخص الذي يحدد فرصه تجارية ويؤسس مشروع تجاري ويقدم خدمه أو منتج لتلبية احتياجات السوق هو.
  - أ- المدير العام
  - ب- رائد الأعمال
  - ج- الطبيب المتخصص
  - د- رائد الفضاء
- ٩- ساعدت السيدة ريبيكا هوي الفنانين الموهبين في تسويق تصميماتهم والحصول علي .....
  - أ- عائد مادي
  - ب- شهاده جامعيه
  - ج- رخصه دولية
  - د- جوائز مالية
- ١٠- تقوم شركة السيدة ريبيكا هوي علي ..... الشركات الكبرى للتعرف علي التصميمات الموجودة علي الموقع.
  - أ- طرد
  - ب- شراء
  - ج- جذب
  - د- بيع
- ١١- يجب ان تحصل الشركة التي تريد استخدام أحد التصميمات الفنية من الموقع علي ..... مقابل مبلغ مالي
  - أ- عرض
  - ب- ترخيص
  - ج- صور
  - د- حذف

حمل الآن

مجاناً وحصرياً

# المراجعة رقم (4)

## الترم الثاني





## بنك أسئلة البروفيسور الشامل في مادة " المهارات المهنية "

## علي مقررات " الفصل الدراسي الثاني "

## السؤال الأول

ضع علامة ( ✓ ) أمام العبارة الصحيحة و علامة ( × ) أمام العبارة غير الصحيحة

- ١- يجب التأكد من أن الشخص المصاب بالصدمة الكهربائية يتنفس بشكل طبيعي . ( )
- ٢- أخطر أنواع الحروق هي الحروق من الدرجة الأولى . ( )
- ٣- يمكن لمس شخص بصورة مباشرة في حالة إتصاله بالتيار الكهربائي . ( )
- ٤- حروق الدرجة الثالثة هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد . ( )
- ٥- يجب الاتصال برقم ١٢٣ عند إصابة الشخص بالحروق الشديدة . ( )
- ٦- تتسبب الحرارة فقط في إصابة الأشخاص بالحروق . ( )
- ٧- التهوية المناسبة والجيد مهمة للسباكين أثناء القيام بعملهم . ( )
- ٨- يرتدي السباكون القفازات لتحمي العينين من تأثير السوائل . ( )
- ٩- استخدام الأقنعة، لتجنب استنشاق الغبار والأدخنة . ( )
- ١٠- يستخدم السباكون مشعل البروبان للوقاية من الحروق . ( )
- ١١- القفازات تحمي اليدين من المواد الكيميائية والحروق . ( )
- ١٢- تحمي الخوذات الواقية الصلبة العمال في المواقع الصناعية . ( )
- ١٣- البكتين مادة طبيعية تساعد على تماسك المربي . ( )
- ١٤- يحتوي التفاح على نسبة قليلة من مادة البكتين . ( )
- ١٥- يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في ماء مغلي لمدة ١٠ دقائق . ( )
- ١٦- تعباً المربي وهي باردة في البرطمانات . ( )
- ١٧- تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية في المواد المصنوعة منها . ( )
- ١٨- لم يعرف الإنسان صناعة المربي سوى من وقت قصير . ( )
- ١٩- بعد تسخين اللبن، يتم تبريد اللبن بسرعة إلى درجة حرارة ١٠ درجة . ( )
- ٢٠- بكتيريا حامض اللبكتيك مفيدة للجهاز الهضمي للإنسان . ( )
- ٢١- اللبن الزبادي وجبة خفيفة يمكن تناولها في العشاء . ( )
- ٢٢- بادئات التخمر هي زيادي تم تحضيره من يوم سابق . ( )



- ٢٣ - تقليل درجة الحرارة أثناء التحضين يزيد من تمسك قوام الزبدي . ( )
- ٢٤ - يحفظ اللبن الزبدي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلقة . ( )
- ٢٥ - المشروبات الغازية تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان . ( )
- ٢٦ - يزيد حمض الفوسفوريك من امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري . ( )
- ٢٧ - المشروبات الغازية خالية من أي فيتامينات أو بروتينات أو معادن أو ألياف . ( )
- ٢٨ - زيادة استهلاك المحليات الصناعية يقلل من وزن الشخص . ( )
- ٢٩ - يوجد بالمشروبات الغازية كمية كبيرة من السكريات تسبب مشكلات . ( )
- ٣٠ - يجب استبدال المشروبات الغازية عن طريق تناول بدائل صحية . ( )
- ٣١ - تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة السمنة بين الأطفال والبالغين . ( )
- ٣٢ - انتشرت الوجبات السريعة في الزمن الماضي بين الأسر . ( )
- ٣٣ - تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف والفيتامينات والمعادن . ( )
- ٣٤ - تؤدي الوجبات السريعة إلى تأخر النمو وسوء التغذية . ( )
- ٣٥ - تحتوي الوجبات السريعة على نسبة قليلة من السكر والدهون . ( )
- ٣٦ - تحتوي رقائق البطاطس على نسبة عالية من الدهون والملح . ( )
- ٣٧ - الوجبات السريعة والمشروبات الغازية تحتوي على نسبة عالية من الدهون . ( )
- ٣٨ - زيت الزيتون من الزيوت الضارة للجسم ويجب استبداله . ( )
- ٣٩ - المخبوزات المصنوعة من الدقيق الأبيض تكون صحية ومفيدة للجسم . ( )
- ٤٠ - طبق الصيادية في البيئة الساحلية مكون من الأرز والسمك . ( )
- ٤١ - الأطعمة الصحية تكون مشبعة بالملح والدهون . ( )
- ٤٢ - أي مسرحية لا بد أن يكون لها حبكة . ( )
- ٤٣ - المشهد هو جزء من المسرحية . ( )
- ٤٤ - يتم ترك أسلاك الكهرباء والإضاءة على أرضية المسرح . ( )
- ٤٥ - يمكن استخدام قصاصات الورق لصنع ملابس المسرحية . ( )
- ٤٦ - لا تحتاج المسرحية إلى وجود مخرج أو مدير للمسرح . ( )
- ٤٧ - اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفى يقلل من انتشار الوباء . ( )
- ٤٨ - ارتداء الكمامات الواقية والقفازات يزيد من انتشار الأمراض . ( )
- ٤٩ - يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة . ( )



- ٥٠- روزم مورتون مهندسة كانت تعمل في وكالة ناسا الفضائية . ( )
- ٥١- السيدة روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أمريكا . ( )
- ٥٢- يساهم الممرضون في إسهامات عظيمة للمجتمع وينالون التقدير . ( )
- ٥٣- أطلق المصريون على ( صفية زغلول ) اسم ( بنت الشاطئ ) . ( )
- ٥٤- امتلاك المهارات الفنية والمهارات الشخصية أمر مهم . ( )
- ٥٥- العمل التطوعي يكون عمل لخدمة المجتمع مقابل الحصول على أجر كبير . ( )
- ٥٦- نجاح الموظف أو فشله مرتبط باكتساب مهارات مختلفة . ( )
- ٥٧- يكتسب الشخص المهارات من خلال التعلم الأكاديمي فقط . ( )
- ٥٨- يجب أن يكون لدى الشخص القدرة على إنجاز المهام في وقت محدد . ( )
- ٥٩- لا يكتسب الطلاب المهارات سوى في المدرسة فقط . ( )
- ٦٠- لتنسيق الأزهار طريقة واحدة فقط . ( )
- ٦١- يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد لمدة ساعة . ( )
- ٦٢- يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار . ( )
- ٦٣- تنسيق وترتيب الأزهار من الفنون الحديثة . ( )
- ٦٤- تصنع أواني الأزهار تصنع من الكريستال أو الخشب أو الزجاج . ( )
- ٦٥- توضع الأزهار بعد تنسيقها في مكان معرض للشمس المباشرة . ( )
- ٦٦- تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك (خوفو) . ( )
- ٦٧- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب في صنع القطع المهمة . ( )
- ٦٨- يجب اختيار لون خيط ملائم للقميص . ( )
- ٦٩- إعادة تدوير الملابس تزيد من الأضرار البيئية . ( )
- ٧٠- يعود فن التطريز إلى عهد المصريين القدماء . ( )
- ٧١- لا يمكن صناعة الفانوس من الخشب . ( )
- ٧٢- يفكر الناس دائما في تصميم شعار جذاب للمنتجات . ( )
- ٧٣- يتم ارتداء النظارات الواقية لحماية العين أثناء تقطيع الخشب . ( )
- ٧٤- يجب الترحيب بالعملاء بطريقة ودية . ( )
- ٧٥- زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية . ( )
- ٧٦- أسس د. أحمد مستجير مركز علوم الوراثة . ( )



- ٧٧- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس الطب جامعة القاهرة . ( )
- ٧٨- عمل د. أحمد مستجير مدرسا في كلية الزراعة جامعة القاهرة . ( )
- ٧٩- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية . ( )
- ٨٠- د. أحمد مستجير هو رائد علم التاريخ والاجتماع في مصر . ( )
- ٨١- يحتاج رواد الأعمال إلى رأس مال عند البدء في تأسيس أي مشروع . ( )
- ٨٢- لا يحتاج الفنانون إلى شبكة الإنترنت أو أجهزة الكمبيوتر . ( )
- ٨٣- يتم استخدام شبكة الإنترنت في تسويق الأعمال والمنتجات . ( )
- ٨٤- السيدة ربيكا هوي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوغرافيك . ( )
- ٨٥- رائد الأعمال هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة . ( )

## اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس

## السؤال الثاني

- ١- الجروح التي تسبب تدمير جميع طبقات الجلد هي من النوع.....  
( الأولى - الثاني - الثالث ) .
- ٢- عند إصابة الشخص بحروق نضع له..... على الجزء المصاب .  
( معجون أسنان - ليمون مير - كريم للحروق ) .
- ٣- تسبب حروق الدرجة الأولى ل..... الحروق والاحمرار .  
( البشرة - الأدمة - جميع طبقات الجلد ) .
- ٤- يجب نقل المصاب إلى المستشفى إذا أصيب بحروق من الدرجة.....  
( الأولى - الثانية - الثالثة ) .
- ٥- عند الإصابة بحروق أشعة الشمس يفضل.....  
( وضع كريم للحروق - أخذ حمام بارد - جميع طبقات الجلد ) .
- ٦- قد تسبب حروق..... أضرار داخلية للشخص .  
( الشمس - المواد الكيميائية - الكهرباء ) .
- ٧- من المخاطر التي يتعرض لها السباكون.....  
( الأبخرة السامة - الإنزلاق والإصابة - جميع ما سبق ) .
- ٨- يرتدي السباكون..... لحماية العين من تأثير السوائل .  
( النظارات - القفازات - الأحذية الخاصة ) .



- ٩- للحماية من الانزلاق يرتدي السباكون.....  
 ( النظارات - القفازات - الأحذية الخاصة ) .
- ١٠- قد يسبب..... في حدوث حروق للسباك .  
 ( استخدام الخوذات - مشعل البروبان - الأقنعة ) .
- ١١- للوقاية من الأبخرة الضارة يرتدي السباكون.....  
 ( النظارات - القفازات - الأقنعة ) .
- ١٢- يرتدي السباكون..... لحماية اليدين أثناء العمل .  
 ( النظارات - القفازات - الأقنعة ) .
- ١٣- آخر مراحل صنع المربي هي.....  
 ( تحضير المكونات - خلط المكونات - التعليب ) .
- ١٤- يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في.....  
 ( الرمال والغريد - ماء بارد - ماء ساخن ) .
- ١٥- يتم طهي المربي على نار.....  
 ( عالية - هادئة - مرتفعة ) .
- ١٦- أول مراحل صنع المربي هي.....  
 ( تحضير المكونات - خلط المكونات - التعليب ) .
- ١٧- لصناعة المربي يضاف إلى الفاكهة أو الخضروات.....  
 ( السكر - حامض الستريك - جميع ما سبق ) .
- ١٨- تعبأ المربي في البرطمانات وهي.....  
 ( باردة - ساخنة - مثلجة ) .
- ١٩- يجب أن يتم حفظ الزبادي في..... في عبوات معقمة .  
 ( الثلاجة - الغسالة - أماكن دافئة ) .
- ٢٠- الخطوة التي تؤدي إلى إعطاء اللبن قواما سميكاً هي.....  
 ( التسخين - التبريد - التحضين ) .
- ٢١- الزبادي عبارة عن لبن.....  
 ( ساخن - مجمد - متخمر ) .

مراجعة + بنك أسئلة



٢٢ - البكتريا المستخدمة في صناعة الزبادي مهمة للجهاز .....

( التنفسي - الهضمي - البولي ) .

٢٣ - تعتبر وجبة الزبادي وجبة ..... تفيد الجسم .

( خفيفة - ضارة - مرهقة ) .

٢٤ - تبريد اللبن إلى درجة ٤٠ درجة هي أفضل درجة لنمو لبكتريا .....

( الضارة - المفيدة - السامة ) .

٢٥ - يوجد في المشروبات الغازية كمية كبيرة من .....

( الفيتامينات - المعادن - السكريات ) .

٢٦ - المشروبات الغازية لها تأثير ضار على البكتريا النافعة في الجهاز .....

( الهضمي - التنفسي - العصبي ) .

٢٧ - زيادة استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة .....

( النحافة - الشهية - الغضب ) .

٢٨ - يزيد تناول المشروبات الغازية من خطر الإصابة بأمراض .....

( القلب - السرطان - جميع ما سبق ) .

٢٩ - يمنع حمض ..... امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام .

( الستريك - الفوسفوريك - اللكتيك ) .

٣٠ - تناول المشروبات ..... يؤدي إلى سوء التغذية .

( الغازية - الصحية - المعدنية ) .

٣١ - تقدم الكبد الإسكندراني مع .....

( الزبادي - الفلفل - الجزر ) .

٣٢ - تؤدي الوجبات السريعة إلى انتشار مرض السكري من النوع .....

( الأول - الثاني - الثالث ) .

٣٣ - تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة .....

( السمنة - النحافة - الطول ) .

٣٤ - السبب الرئيس في فقر الدم يكون ناتجا عن نقص ..... بين الأطفال والبالغين .

( البروتين - الحديد - الأملاح ) .



- ٣٥ - انتشرت الوجبات السريعة بين الشباب والبالغين في.....  
( الزمن الماضي - الوقت الحاضر - منذ قديم الزمان ) .
- ٣٦ - من الأطعمة الصحية المفيدة للجسم.....  
( الأطعمة المقلية - الأطعمة المشوية - الأطعمة عالية الملح ) .
- ٣٧ - ينتشر طبق المندي بالفراخ واللحم المطهو على الفحم في.....  
( الصعيد - دلتا النيل - سيناء ) .
- ٣٨ - من الوجبات الصحية التقليدية في مصر وجبة.....  
( الوجبات السريعة - الملوخية - الأطعمة المقلية ) .
- ٣٩ - يتم صناعة البرجر الصحي والمفيد في.....  
( المنزل - الشارع - المطعم ) .
- ٤٠ - من الوجبات المفيدة والصحية للجسم.....  
( الفاكهة مع الزبادي - رقائق البطاطس - الأطعمة المقلية ) .
- ٤١ - يمكن صنع أزياء الممثلين في المسرحية من.....  
( قصاصات الورق - النسيج الملون - جميع ما سبق ) .
- ٤٢ - ..... هي أجزاء المسرحية وأحداث المسرحية المتتابعة .  
( المشهد - الحبكة - الإطار الزمني ) .
- ٤٣ - ..... هو جزء من أجزاء المسرحية .  
( المشهد - الحبكة - الإطار الزمني ) .
- ٤٤ - ..... عمل فني يقدم على المسرح .  
( الفيلم - المسرحية - المسلسل ) .
- ٤٥ - تحتاج أي مسرحية إلى.....  
( مخرج - فني إضاءة - جميع ما سبق ) .
- ٤٦ - تساعد..... الحد من انتشار الوباء .  
( الكمامات - القفازات - جميع ما سبق ) .
- ٤٧ - تحول منزل السيدة (صفية زغلول) إلى.....  
( مكتبة - نادي - متحف ) .

مراجعة + بنك أسئلة



٤٨- روزم مورتون مكتشفة في ناشيونال جيوغرافيك تعمل.....

( مهندسة - ممرضة - معلمة ) .

٤٩- مهنة التمريض أحد المهن المهمة المساعدة ل..... في عمله .

( المدرس - الطبيب - المهندس ) .

٥٠- من المهارات الشخصية.....

( حياة الملابس - تصميم الملابس - التحفيز والوعي الذاتي ) .

٥١- يحدث تطوير للمهارات من خلال.....

( التجارب التعليمية - التجارب العملية - كل ما سبق ) .

٥٢- قدرة الطالب على إنجاز..... المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد .

( المهام - اللعب - التسلية ) .

٥٣- من المهارات الشخصية.....

( التفكير التحليلي - القدرة علي التكيف - كل ما سبق ) .

٥٤- يتم قطع ساق الأزهار بشكل..... قبل وضعها في الزهرية .

( مستقيم - متعرج - مائل ) .

٥٥- يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد قبل وضعها في الزهرية لمدة.....

( يوم - ساعة - أسبوع ) .

٥٦- عند تنسيق الأزهار توضع..... أفرع الأزهار في منتصف الإناء .

( أقصر - أطول - أصغر ) .

٥٧- بعد تنسيق الأزهار توضع في مكان..... الإضاءة .

( منخفض - المتطرفة - متوسط ) .

٥٨- استخدم المصريون القدماء خيوطا من..... لصنع القطع المهمة .

( الحديد - القطن - الذهب ) .

٥٩- من أنواع الغرز.....

( السراجة - السلسلة - جميع ما سبق ) .

٦٠- أول عمل تطريز تم اكتشافه كان في عهد الملك.....

( مينا - فاروق - توت عنخ آمون ) .



٦١- يتم اتداء النظارات الواقية لحماية..... أثناء تقطيع الخشب .

( الأيدي - الأرجل - العين ) .

٦٢- زهرة اللوتس ترمز إلى..... وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية .

( الشجاعة - العطاء - الخوف ) .

٦٣- يتم تنظيم الرفوف لإضافة مساحة إلى العرض بشكل.....

( عمودي - أفقي - مبعثر ) .

٦٤- يفكر الناس دائما في تصميم شعار..... للمنتجات .

( مخيف - جذاب - مزعج ) .

مراجعة + بنك أسئلة

٦٥- يجب الترحيب بالعملاء بطريقة.....

( عنيفة - ودية - صادمة ) .

٦٦- ولد د. أحمد مستجير في محافظة.....

( القاهرة - الإسكندرية - الدقهلية ) .

٦٧- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس..... جامعة القاهرة .

( الزراعة - العلوم - الطب ) .

٦٨- يعتبر مشروع زراعة..... أحد أبرز إنجازات د. أحمد مستجير .

( التفاح - الزيتون - الفراء ) .

٦٩- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة.....

( التشجيعية - التقديرية - الفنية ) .

٧٠- أصبح د. أحمد مستجير رائد علم الهندسة..... في مصر والعالم العربي .

( الوراثة - الميكانيكية - الكهربائية ) .

٧١- ..... هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة .

( الطبيب - رائد الأعمال - المحافظ ) .

٧٢- السيدة ربيكا هوي حاصلة على درجة الماجستير في تخطيط.....

( الحدائق - المباني - المدن ) .

٧٣- يحتاج رواد الأعمال إلى..... عند البدء في تأسيس أي مشروع .

( رأس مال - أغاني - أفلام ) .



- ٧٤- رأت السيدة هوي أن الفنانين والمبدعين في القرى يذهبون إلى..... للبحث عن عمل .  
 ( الحدايق - المدن - الشواطئ ) .
- ٧٥- يتم استخدام شبكة..... في تسويق الأعمال والمنتجات .  
 ( الطرق - الصيد - الإنترنت ) .

أكمل العبارات الآتية بما يناسبها من كلمات

السؤال الثالث

١ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المستشفى - إنعاش - كريم للحروق - الثالثة - البشرة )

- ١- عند إصابة شخص بحروق خفيفة نضع له..... على المكان المصاب .
- ٢- تصيب حرارة الشمس طبقة..... للشخص المصاب بالحروق .
- ٣- يجب نقل الشخص المصاب بحروق كهربية إلى.....
- ٤- يجب القيام بعمل..... قلبي للشخص المصاب بصعوبة في التنفس .
- ٥- حروق الدرجة..... هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد .

٢ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( النظارات - الخوذات - مشعل البروبان - القفازات - الأقفنة )

- ١- يجب على العمال ارتداء..... الصلبة أثناء العمل في المواقع الصناعية .
- ٢- يستخدم السباكون..... للحام الأنابيب .
- ٣- يستخدم السباكون..... لحماية العينين أثناء العمل .
- ٤- يستخدم السباكون..... لحماية اليدين أثناء العمل .
- ٥- يستخدم السباكون..... لتجنب استنشاق الأدخنة السامة .



## ٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(ساخنة - التعليب - الفيتامينات - المربي - التفاح)

- ١- ..... هي آخر خطوة من مراحل وخطوات تصنيع المربي .
- ٢- ..... هي خليط من ثمار الفاكهة مع السكر وحامض الستريك .
- ٣- يحتاج ..... إلى كمية قليلة من مادة البكتين لوجود كمية كبيرة به .
- ٤- تعتبر المربي مصدرا جيدا للحصول على.....
- ٥- تعباً المربي في البرطمانات وهي.....

## ٤ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(الهضمي - البروتين - الضارة - اللكتيك - التسخين)

- ١- البكتريا المفيدة في الزبادي هي بكتريا حامض.....
- ٢- الخطوة الأولى لصناعة الزبادي هي.....
- ٣- الزبادي مصدر مهم جدا ل.....
- ٤- تسخين اللبن إلى درجة ٩٠ درجة يقتل البكتريا.....
- ٥- لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حامض اللكتيك المفيدة للجهاز.....

## ٥ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(الدم - الفوسفوريك - صحية - فيتامينات - التغذية)

- ١- تناول المشروبات الغازية يصيب الإنسان بسوء.....
- ٢- المشروبات الغازية خالية من أي بروتينات أو..... أو معادن .
- ٣- حمض..... الموجود في المشروبات الغازية يمنع امتصاص الكالسيوم .
- ٤- المشروبات الغازية الخالية من السكر ليست.....
- ٥- يسبب تناول المشروبات الغازية ارتفاع ضغط.....



## ٦ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الفلفل - الدم - الفيتامينات - المدن )

- ١ - ظهرت كثير من سلاسل الوجبات السريعة في..... المصرية .
- ٢ - يؤدي تناول الوجبات السريعة إلى ارتفاع ضغط.....
- ٣ - تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف و..... والمعادن .
- ٤ - تقدم الكبد الإسكندراني مع..... الغني بالفيتامينات .

## ٧ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المندي - الكشك - المحشي - الصيادية )

- ١ - من الوجبات المنتشرة في البيئة الساحلية.....
- ٢ - يتميز الصعيد بوجبة.....
- ٣ - من أشهر الأكلات في سيناء.....
- ٤ - تنتشر وجبة..... في دلتا النيل .

## ٨ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الإضاءة - أسلاك - الحبكة - الإنترنت )

- ١ - يجب عدم وجود..... على الأرض حتى لا يتعثر بسببها الممثلون .
- ٢ -..... هي أجزاء المسرحية وأحداث المسرحية المتتابعة .
- ٣ - يجب التأكد من عدم تأثير..... على رؤية الممثلين .
- ٤ - يتم استخدام شبكة..... في تسويق الأعمال والمنتجات .

## ٩ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الجراحة - وباء - التمريض - رائد الأعمال )

- ١ - يتضمن مجال..... العديد من التخصصات المساعدة الأطباء .
- ٢ - روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم..... في أمريكا .
- ٣ - يجب اتباع الإجراءات الاحترازية عند حدوث أي.....
- ٤ -..... هو شخص يؤسس مشروعاً تجارياً يقدم منتجاً أو خدمة .

مراجعة + بنك أسئلة



## ١٠ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المهني - الحياة - التطوعي )

- ١ - يجب مواصلة التعلم مدى ..... والاطلاع على المستجدات في مجال العمل .
- ٢ - يكتسب الأفراد هذه المهارات من خلال التدريب ..... المتخصص .
- ٣ - العمل ..... يساعدنا على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين .

## ١١ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( منتصف - غير المتناظر - المتناظر )

- ١ - عند تنسيق الأزهار توضع أطول أفرع الأزهار في ..... الإناء .
- ٢ - التنسيق ..... يتم فيه وضع أزهار متشابه اللون في الجانبين .
- ٣ - التنسيق ..... يتم فيه ألوان الأزهار غير متشابه في الجانبين .

## ١٢ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الذهب - يقلل - رأس مال - الحشو )

- ١ - إعادة تدوير الملابس ..... من الأضرار البيئية المترتبة على التخلص منها .
- ٢ - ..... من أنواع الغرز المستخدمة في التطريز .
- ٣ - استخدم المصريون القدماء خيوط ..... في صنع القطع المهمة .
- ٤ - يحتاج رواد الأعمال إلى ..... عند البدء في تأسيس أي مشروع .

## ١٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الفانوس - ملصقات - خيرية - الإنترنت )

- ١ - توجد جمعيات ..... مهمة بإعادة تدوير الملابس .
- ٢ - عند تصميم الفانوس نبحث عن أشكال مناسبة على شبكة ..... .
- ٣ - يصنع الناس ..... في شهر رمضان لتزيين الشوارع والبيوت .
- ٤ - يجب الاهتمام بعمل ..... ترويجية للعمل من خلال رسم الشعار .



## ١٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( التقديرية - الوراثةية - الزراعة - علوم )

- ١- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس..... جامعة القاهرة .
- ٢- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة.....
- ٣- أسس د. أحمد مستجير مركز علوم.....
- ٤- د. أحمد مستجير هو رائد علم الهندسة.....

مراجعة + بنك أسئلة

البروفيسور

أ / أحمد المراكبي



## بنك أسئلة البروفيسور الشامل في مادة " المهارات المهنية "

## علي مقررات " الفصل الدراسي الثاني "

## السؤال الأول

ضع علامة ( ✓ ) أمام العبارة الصحيحة و علامة ( × ) أمام العبارة غير الصحيحة

- ١- يجب التأكد من أن الشخص المصاب بالصدمة الكهربائية يتنفس بشكل طبيعي . ( ✓ )
- ٢- أخطر أنواع الحروق هي الحروق من الدرجة الأولى . ( × )
- ٣- يمكن لمس شخص بصورة مباشرة في حالة إتصاله بالتيار الكهربائي . ( × )
- ٤- حروق الدرجة الثالثة هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد . ( ✓ )
- ٥- يجب الاتصال برقم ١٢٣ عند إصابة الشخص بالحروق الشديدة . ( ✓ )
- ٦- تتسبب الحرارة فقط في إصابة الأشخاص بالحروق . ( × )
- ٧- التهوية المناسبة والجيد مهمة للسباكين أثناء القيام بعملهم . ( ✓ )
- ٨- يرتدي السباكون القفازات لتحمي العينين من تأثير السوائل . ( × )
- ٩- استخدام الأقنعة، لتجنب استنشاق الغبار والأدخنة . ( ✓ )
- ١٠- يستخدم السباكون مشعل البروبان للوقاية من الحروق . ( × )
- ١١- القفازات تحمي اليدين من المواد الكيميائية والحروق . ( ✓ )
- ١٢- تحمي الخوذات الواقية الصلبة العمال في المواقع الصناعية . ( ✓ )
- ١٣- البكتين مادة طبيعية تساعد على تماسك المربي . ( ✓ )
- ١٤- يحتوي التفاح على نسبة قليلة من مادة البكتين . ( × )
- ١٥- يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في ماء مغلي لمدة ١٠ دقائق . ( ✓ )
- ١٦- تعباً المربي وهي باردة في البرطمانات . ( × )
- ١٧- تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية في المواد المصنوعة منها . ( ✓ )
- ١٨- لم يعرف الإنسان صناعة المربي سوى من وقت قصير . ( × )
- ١٩- بعد تسخين اللبن، يتم تبريد اللبن بسرعة إلى درجة حرارة ١٠ درجة . ( × )
- ٢٠- بكتيريا حامض اللبكتيك مفيدة للجهاز الهضمي للإنسان . ( ✓ )
- ٢١- اللبن الزبادي وجبة خفيفة يمكن تناولها في العشاء . ( ✓ )
- ٢٢- بادئات التخمر هي زيادي تم تحضيره من يوم سابق . ( ✓ )



- ٢٣ - تقليل درجة الحرارة أثناء التحضين يزيد من تمسك قوام الزبدي . ( × )
- ٢٤ - يحفظ اللبن الزبدي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلقة . ( ✓ )
- ٢٥ - المشروبات الغازية تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان . ( ✓ )
- ٢٦ - يزيد حمض الفوسفوريك من امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري . ( × )
- ٢٧ - المشروبات الغازية خالية من أي فيتامينات أو بروتينات أو معادن أو ألياف . ( ✓ )
- ٢٨ - زيادة استهلاك المحليات الصناعية يقلل من وزن الشخص . ( × )
- ٢٩ - يوجد بالمشروبات الغازية كمية كبيرة من السكريات تسبب مشكلات . ( ✓ )
- ٣٠ - يجب استبدال المشروبات الغازية عن طريق تناول بدائل صحية . ( ✓ )
- ٣١ - تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة السمنة بين الأطفال والبالغين . ( ✓ )
- ٣٢ - انتشرت الوجبات السريعة في الزمن الماضي بين الأسر . ( × )
- ٣٣ - تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف والفيتامينات والمعادن . ( ✓ )
- ٣٤ - تؤدي الوجبات السريعة إلى تأخر النمو وسوء التغذية . ( ✓ )
- ٣٥ - تحتوي الوجبات السريعة على نسبة قليلة من السكر والدهون . ( × )
- ٣٦ - تحتوي رقائق البطاطس على نسبة عالية من الدهون والملح . ( ✓ )
- ٣٧ - الوجبات السريعة والمشروبات الغازية تحتوي على نسبة عالية من الدهون . ( ✓ )
- ٣٨ - زيت الزيتون من الزيوت الضارة للجسم ويجب استبداله . ( × )
- ٣٩ - المخبوزات المصنوعة من الدقيق الأبيض تكون صحية ومفيدة للجسم . ( × )
- ٤٠ - طبق الصيادية في البيئة الساحلية مكون من الأرز والسمك . ( ✓ )
- ٤١ - الأطعمة الصحية تكون مشبعة بالملح والدهون . ( × )
- ٤٢ - أي مسرحية لا بد أن يكون لها حبكة . ( ✓ )
- ٤٣ - المشهد هو جزء من المسرحية . ( ✓ )
- ٤٤ - يتم ترك أسلاك الكهرباء والإضاءة على أرضية المسرح . ( × )
- ٤٥ - يمكن استخدام قصاصات الورق لصنع ملابس المسرحية . ( ✓ )
- ٤٦ - لا تحتاج المسرحية إلى وجود مخرج أو مدير للمسرح . ( × )
- ٤٧ - اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفى يقلل من انتشار الوباء . ( ✓ )
- ٤٨ - ارتداء الكمامات الواقية والقفازات يزيد من انتشار الأمراض . ( )
- ٤٩ - يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة . ( ✓ )



- ٥٠- روزم مورتون مهندسة كانت تعمل في وكالة ناسا الفضائية . ( × )
- ٥١- السيدة روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أمريكا . ( ✓ )
- ٥٢- يساهم الممرضون في إسهامات عظيمة للمجتمع وينالون التقدير . ( ✓ )
- ٥٣- أطلق المصريون على ( صفية زغلول ) اسم ( بنت الشاطئ ) . ( × )
- ٥٤- امتلاك المهارات الفنية والمهارات الشخصية أمر مهم . ( ✓ )
- ٥٥- العمل التطوعي يكون عمل لخدمة المجتمع مقابل الحصول على أجر كبير . ( × )
- ٥٦- نجاح الموظف أو فشله مرتبط باكتساب مهارات مختلفة . ( ✓ )
- ٥٧- يكتسب الشخص المهارات من خلال التعلم الأكاديمي فقط . ( × )
- ٥٨- يجب أن يكون لدى الشخص القدرة على إنجاز المهام في وقت محدد . ( ✓ )
- ٥٩- لا يكتسب الطلاب المهارات سوى في المدرسة فقط . ( × )
- ٦٠- لتنسيق الأزهار طريقة واحدة فقط . ( × )
- ٦١- يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد لمدة ساعة . ( ✓ )
- ٦٢- يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار . ( ✓ )
- ٦٣- تنسيق وترتيب الأزهار من الفنون الحديثة . ( × )
- ٦٤- تصنع أواني الأزهار تصنع من الكريستال أو الخشب أو الزجاج . ( ✓ )
- ٦٥- توضع الأزهار بعد تنسيقها في مكان معرض للشمس المباشرة . ( × )
- ٦٦- تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك (خوفو) . ( × )
- ٦٧- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب في صنع القطع المهمة . ( ✓ )
- ٦٨- يجب اختيار لون خيط ملائم للقميص . ( ✓ )
- ٦٩- إعادة تدوير الملابس تزيد من الأضرار البيئية . ( × )
- ٧٠- يعود فن التطريز إلى عهد المصريين القدماء . ( ✓ )
- ٧١- لا يمكن صناعة الفانوس من الخشب . ( × )
- ٧٢- يفكر الناس دائما في تصميم شعار جذاب للمنتجات . ( ✓ )
- ٧٣- يتم ارتداء النظارات الواقية لحماية العين أثناء تقطيع الخشب . ( ✓ )
- ٧٤- يجب الترحيب بالعملاء بطريقة ودية . ( ✓ )
- ٧٥- زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية . ( ✓ )
- ٧٦- أسس د. أحمد مستجير مركز علوم الوراثة . ( ✓ )



- ٧٧- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس الطب جامعة القاهرة . ( × )
- ٧٨- عمل د. أحمد مستجير مدرسا في كلية الزراعة جامعة القاهرة . ( ✓ )
- ٧٩- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية . ( ✓ )
- ٨٠- د. أحمد مستجير هو رائد علم التاريخ والاجتماع في مصر . ( × )
- ٨١- يحتاج رواد الأعمال إلى رأس مال عند البدء في تأسيس أي مشروع . ( ✓ )
- ٨٢- لا يحتاج الفنانون إلى شبكة الإنترنت أو أجهزة الكمبيوتر . ( × )
- ٨٣- يتم استخدام شبكة الإنترنت في تسويق الأعمال والمنتجات . ( ✓ )
- ٨٤- السيدة ربيكا هوي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوغرافيك . ( ✓ )
- ٨٥- رائد الأعمال هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة . ( ✓ )

## اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس

## السؤال الثاني

- ١- الجروح التي تسبب تدمير جميع طبقات الجلد هي من النوع.....  
( الأولى - الثاني - الثالث ) .
- ٢- عند إصابة الشخص بحروق نضع له..... على الجزء المصاب .  
( معجون أسنان - ليمون مير - كريم للحروق ) .
- ٣- تسبب حروق الدرجة الأولى ل..... الحروق والاحمرار .  
( البشرة - الأدمة - جميع طبقات الجلد ) .
- ٤- يجب نقل المصاب إلى المستشفى إذا أصيب بحروق من الدرجة.....  
( الأولى - الثانية - الثالثة ) .
- ٥- عند الإصابة بحروق أشعة الشمس يفضل.....  
( وضع كريم للحروق - أخذ حمام بارد - جميع طبقات الجلد ) .
- ٦- قد تسبب حروق..... أضرار داخلية للشخص .  
( الشمس - المواد الكيميائية - الكهرباء ) .
- ٧- من المخاطر التي يتعرض لها السباكون.....  
( الأبخرة السامة - الإنزلاق والإصابة - جميع ما سبق ) .
- ٨- يرتدي السباكون..... لحماية العين من تأثير السوائل .  
( النظارات - القفازات - الأحذية الخاصة ) .



- ٩- للحماية من الانزلاق يرتدي السباكون.....
- ( النظارات - القفازات - الأحذية الخاصة ) .
- ١٠- قد يسبب..... في حدوث حروق للسباك .
- ( استخدام الخوذات - مشعل البروبان - الأقنعة ) .
- ١١- للوقاية من الأبخرة الضارة يرتدي السباكون.....
- ( النظارات - القفازات - الأقنعة ) .
- ١٢- يرتدي السباكون..... لحماية اليدين أثناء العمل .
- ( النظارات - القفازات - الأقنعة ) .
- ١٣- آخر مراحل صنع المربي هي.....
- ( تحضير المكونات - خلط المكونات - التعليب ) .
- ١٤- يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في.....
- ( الرمال والغريد - ماء بارد - ماء ساخن ) .
- ١٥- يتم طهي المربي على نار.....
- ( عالية - هادئة - مرتفعة ) .
- ١٦- أول مراحل صنع المربي هي.....
- ( تحضير المكونات - خلط المكونات - التعليب ) .
- ١٧- لصناعة المربي يضاف إلى الفاكهة أو الخضروات.....
- ( السكر - حامض الستريك - جميع ما سبق ) .
- ١٨- تعبأ المربي في البرطمانات وهي.....
- ( باردة - ساخنة - مثلجة ) .
- ١٩- يجب أن يتم حفظ الزبادي في..... في عبوات معقمة .
- ( الثلاجة - الغسالة - أماكن دافئة ) .
- ٢٠- الخطوة التي تؤدي إلى إعطاء اللبن قواما سميكاً هي.....
- ( التسخين - التبريد - التحضير ) .
- ٢١- الزبادي عبارة عن لبن.....
- ( ساخن - مجمد - متخمّر ) .

مراجعة + بنك أسئلة



٢٢- البكتريا المستخدمة في صناعة الزبادي مهمة للجهاز.....

( التنفسي - الهضمي - البولي ) .

٢٣- تعتبر وجبة الزبادي وجبة..... تفيد الجسم .

( خفيفة - ضارة - مرهقة ) .

٢٤- تبريد اللبن إلى درجة ٤٠ درجة هي أفضل درجة لنمو لبكتريا.....

( الضارة - المفيدة - السامة ) .

٢٥- يوجد في المشروبات الغازية كمية كبيرة من.....

( الفيتامينات - المعادن - السكريات ) .

٢٦- المشروبات الغازية لها تأثير ضار على البكتريا النافعة في الجهاز.....

( الهضمي - التنفسي - العصبي ) .

٢٧- زيادة استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة.....

( النحافة - الشهية - الغضب ) .

٢٨- يزيد تناول المشروبات الغازية من خطر الإصابة بأمراض.....

( القلب - السرطان - جميع ما سبق ) .

٢٩- يمنع حمض..... امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام .

( الستريك - الفوسفوريك - اللكتيك ) .

٣٠- تناول المشروبات..... يؤدي إلى سوء التغذية .

( الغازية - الصحية - المعدنية ) .

٣١- تقدم الكبد الإسكندراني مع.....

( الزبادي - الفلفل - الجزر ) .

٣٢- تؤدي الوجبات السريعة إلى انتشار مرض السكري من النوع.....

( الأول - الثاني - الثالث ) .

٣٣- تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة.....

( السمنة - النحافة - الطول ) .

٣٤- السبب الرئيس في فقر الدم يكون ناتجا عن نقص..... بين الأطفال والبالغين .

( البروتين - الحديد - الأملاح ) .



- ٣٥ - انتشرت الوجبات السريعة بين الشباب والبالغين في.....  
 ( الزمن الماضي - الوقت الحاضر - منذ قديم الزمان ) .
- ٣٦ - من الأطعمة الصحية المفيدة للجسم.....  
 ( الأطعمة المقلية - الأطعمة المشوية - الأطعمة عالية الملح ) .
- ٣٧ - ينتشر طبق المندي بالفراخ واللحم المطهو على الفحم في.....  
 ( الصعيد - دلتا النيل - سيناء ) .
- ٣٨ - من الوجبات الصحية التقليدية في مصر وجبة.....  
 ( الوجبات السريعة - الملوخية - الأطعمة المقلية ) .
- ٣٩ - يتم صناعة البرجر الصحي والمفيد في.....  
 ( المنزل - الشارع - المطعم ) .
- ٤٠ - من الوجبات المفيدة والصحية للجسم.....  
 ( الفاكهة مع الزبادي - رقائق البطاطس - الأطعمة المقلية ) .
- ٤١ - يمكن صنع أزياء الممثلين في المسرحية من.....  
 ( قصاصات الورق - النسيج الملون - جميع ما سبق ) .
- ٤٢ - ..... هي أجزاء المسرحية وأحداث المسرحية المتتابعة .  
 ( المشهد - الحبكة - الإطار الزمني ) .
- ٤٣ - ..... هو جزء من أجزاء المسرحية .  
 ( المشهد - الحبكة - الإطار الزمني ) .
- ٤٤ - ..... عمل فني يقدم على المسرح .  
 ( الفيلم - المسرحية - المسلسل ) .
- ٤٥ - تحتاج أي مسرحية إلى.....  
 ( مخرج - فني إضاءة - جميع ما سبق ) .
- ٤٦ - تساعد..... الحد من انتشار الوباء .  
 ( الكمامات - القفازات - جميع ما سبق ) .
- ٤٧ - تحول منزل السيدة (صفية زغلول) إلى.....  
 ( مكتبة - نادي - متحف ) .

مراجعة + بنك أسئلة



٤٨- روزم مورتون مكتشفة في ناشيونال جيوغرافيك تعمل.....

( مهندسة - ممرضة - معلمة ) .

٤٩- مهنة التمريض أحد المهن المهمة المساعدة ل..... في عمله .

( المدرس - الطبيب - المهندس ) .

٥٠- من المهارات الشخصية.....

( حياة الملابس - تصميم الملابس - التحفيز والوعي الذاتي ) .

٥١- يحدث تطوير للمهارات من خلال.....

( التجارب التعليمية - التجارب العملية - كل ما سبق ) .

٥٢- قدرة الطالب على إنجاز..... المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد .

( المهام - اللعب - التسلية ) .

٥٣- من المهارات الشخصية.....

( التفكير التحليلي - القدرة علي التكيف - كل ما سبق ) .

٥٤- يتم قطع ساق الأزهار بشكل..... قبل وضعها في الزهرية .

( مستقيم - متعرج - مائل ) .

٥٥- يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد قبل وضعها في الزهرية لمدة.....

( يوم - ساعة - أسبوع ) .

٥٦- عند تنسيق الأزهار توضع..... أفرع الأزهار في منتصف الإناء .

( أقصر - أطول - أصغر ) .

٥٧- بعد تنسيق الأزهار توضع في مكان..... الإضاءة .

( منخفض - المتطرفة - متوسط ) .

٥٨- استخدم المصريون القدماء خيوطا من..... لصنع القطع المهمة .

( الحديد - القطن - الذهب ) .

٥٩- من أنواع الغرز.....

( السراجة - السلسلة - جميع ما سبق ) .

٦٠- أول عمل تطريز تم اكتشافه كان في عهد الملك.....

( مينا - فاروق - توت عنخ آمون ) .



٦١- يتم اتداء النظارات الواقية لحماية..... أثناء تقطيع الخشب .

( الأيدي - الأرجل - العين ) .

٦٢- زهرة اللوتس ترمز إلى..... وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية .

( الشجاعة - العطاء - الخوف ) .

٦٣- يتم تنظيم الرفوف لإضافة مساحة إلى العرض بشكل.....

( عمودي - أفقي - مبعثر ) .

٦٤- يفكر الناس دائما في تصميم شعار..... للمنتجات .

( مخيف - جذاب - مزعج ) .

مراجعة + بنك أسئلة

٦٥- يجب الترحيب بالعملاء بطريقة.....

( عنيفة - ودية - صادمة ) .

٦٦- ولد د. أحمد مستجير في محافظة.....

( القاهرة - الإسكندرية - الدقهلية ) .

٦٧- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس..... جامعة القاهرة .

( الزراعة - العلوم - الطب ) .

٦٨- يعتبر مشروع زراعة..... أحد أبرز إنجازات د. أحمد مستجير .

( التفاح - الزيتون - الفقراء ) .

٦٩- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة.....

( التشجيعية - التقديرية - الفنية ) .

٧٠- أصبح د. أحمد مستجير رائد علم الهندسة..... في مصر والعالم العربي .

( الوراثية - الميكانيكية - الكهربائية ) .

٧١- ..... هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة .

( الطبيب - رائد الأعمال - المحافظ ) .

٧٢- السيدة ربيكا هوي حاصلة على درجة الماجستير في تخطيط.....

( الحدائق - المباني - المدن ) .

٧٣- يحتاج رواد الأعمال إلى..... عند البدء في تأسيس أي مشروع .

( رأس مال - أغاني - أفلام ) .



- ٧٤- رأت السيدة هوي أن الفنانين والمبدعين في القرى يذهبون إلى..... للبحث عن عمل .  
 ( الحدايق - **المدن** - الشواطئ ) .  
 ٧٥- يتم استخدام شبكة..... في تسويق الأعمال والمنتجات .  
 ( الطرق - الصيد - **الإنترنت** ) .

أكمل العبارات الآتية بما يناسبها من كلمات

السؤال الثالث

١ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المستشفى - إنعاش - كريم للحروق - الثالثة - البشرة )

- ١- عند إصابة شخص بحروق خفيفة نضع له **كريم للحروق** على المكان المصاب .
- ٢- تصيب حرارة الشمس طبقة **البشرة** للشخص المصاب بالحروق .
- ٣- يجب نقل الشخص المصاب بحروق كهربية إلى **المستشفى** .
- ٤- يجب القيام بعمل **إنعاش** قلبي للشخص المصاب بصعوبة في التنفس .
- ٥- حروق الدرجة **الثالثة** هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد .

٢ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( النظارات - الخوذات - مشعل البروبان - القفازات - الأقفنة )

- ١- يجب على العمال ارتداء **الخوذات** الصلبة أثناء العمل في المواقع الصناعية .
- ٢- يستخدم السباكون **مشعل البروبان** للحام الأنابيب .
- ٣- يستخدم السباكون **النظارات** لحماية العينين أثناء العمل .
- ٤- يستخدم السباكون **القفازات** لحماية اليدين أثناء العمل .
- ٥- يستخدم السباكون **الأقفنة** لتجنب استنشاق الأدخنة السامة .



## ٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(ساخنة - التعليب - الفيتامينات - المربي - التفاح)

- ١ - **التعليب** هي آخر خطوة من مراحل وخطوات تصنيع المربي .
- ٢ - **المربي** هي خليط من ثمار الفاكهة مع السكر وحامض الستريك .
- ٣ - يحتاج **التفاح** إلى كمية قليلة من مادة البكتين لوجود كمية كبيرة به .
- ٤ - تعتبر المربي مصدرا جيدا للحصول على **الفيتامينات** .
- ٥ - تعبأ المربي في البرطمانات وهي **ساخنة** .

## ٤ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(الهضمي - البروتين - الضارة - اللكتيك - التسخين)

- ١ - البكتريا المفيدة في الزبادي هي بكتريا حامض **اللكتيك** .
- ٢ - الخطوة الأولى لصناعة الزبادي هي **التسخين** .
- ٣ - الزبادي مصدر مهم جدا لـ **البروتين** .
- ٤ - تسخين اللبن إلى درجة ٩٠ درجة يقتل البكتريا **الضارة** .
- ٥ - لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حامض اللكتيك المفيدة للجهاز **الهضمي** .

## ٥ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

(الدم - الفوسفوريك - صحية - فيتامينات - التغذية)

- ١ - تناول المشروبات الغازية يصيب الإنسان بسوء **التغذية** .
- ٢ - المشروبات الغازية خالية من أي بروتينات أو **فيتامينات** أو معادن .
- ٣ - حمض **الفوسفوريك** الموجود في المشروبات الغازية يمنع امتصاص الكالسيوم .
- ٤ - المشروبات الغازية الخالية من السكر ليست **صحية** .
- ٥ - يسبب تناول المشروبات الغازية ارتفاع ضغط **الدم** .



## ٦ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الفلفل - الدم - الفيتامينات - المدن )

- ١ - ظهرت كثير من سلاسل الوجبات السريعة في **المدن** المصرية .
- ٢ - يؤدي تناول الوجبات السريعة إلى ارتفاع ضغط **الدم** .
- ٣ - تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف و **الفيتامينات** والمعادن .
- ٤ - تقدم الكبد الإسكندراني مع **الفلفل** الغني بالفيتامينات .

## ٧ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المندي - الكشك - المحشي - الصيادية )

مراجعة + بنك أسئلة

- ١ - من الوجبات المنتشرة في البيئة الساحلية **الصيادية** .
- ٢ - يتميز الصعيد بوجبة **الكشك** .
- ٣ - من أشهر الأكلات في سيناء **المندي** .
- ٤ - تنتشر وجبة **المحشي** في دلتا النيل .

## ٨ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الإضاءة - أسلاك - الحبكة - الإنترنت )

- ١ - يجب عدم وجود **أسلاك** على الأرض حتى لا يتعثر بسببها الممثلون .
- ٢ - **الحبكة** هي أجزاء المسرحية وأحداث المسرحية المتتابعة .
- ٣ - يجب التأكد من عدم تأثير **الإضاءة** على رؤية الممثلين .
- ٤ - يتم استخدام شبكة **الإنترنت** في تسويق الأعمال والمنتجات .

## ٩ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الجراحة - وباء - التمريض - رائد الأعمال )

- ١ - يتضمن مجال **التمريض** العديد من التخصصات المساعدة الأطباء .
- ٢ - روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم **التمريض** في أمريكا .
- ٣ - يجب اتباع الإجراءات الاحترازية عند حدوث أي **وباء** .
- ٤ - **رائد الأعمال** هو شخص يؤسس مشروعاً تجارياً يقدم منتجاً أو خدمة .





## ١٠ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( المهني - الحياة - التطوعي )

- ١ - يجب مواصلة التعلم مدى **الحياة** والاطلاع على المستجدات في مجال العمل .
- ٢ - يكتسب الأفراد هذه المهارات من خلال التدريب **المهني** المتخصص .
- ٣ - العمل **التطوعي** يساعدنا على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين .

## ١١ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( منتصف - غير المتناظر - المتناظر )

مراجعة + بنك أسئلة

- ١ - عند تنسيق الأزهار توضع أطول أفرع الأزهار في **منتصف** الإناء .
- ٢ - التنسيق **المتناظر** يتم فيه وضع أزهار متشابه اللون في الجانبين .
- ٣ - التنسيق **غير المتناظر** يتم فيه ألوان الأزهار غير متشابه في الجانبين .

## ١٢ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الذهب - يقلل - رأس مال - الحشو )

- ١ - إعادة تدوير الملابس **يقلل** من الأضرار البيئية المترتبة على التخلص منها .
- ٢ - **الحشو** من أنواع الغرز المستخدمة في التطريز .
- ٣ - استخدم المصريون القدماء خيوط **الذهب** في صنع القطع المهمة .
- ٤ - يحتاج رواد الأعمال إلى **رأس مال** عند البدء في تأسيس أي مشروع .

## ١٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( الفانوس - ملصقات - خيرية - الإنترنت )

- ١ - توجد جمعيات **خيرية** مهمة بإعادة تدوير الملابس .
- ٢ - عند تصميم الفانوس نبحث عن أشكال مناسبة على شبكة **الإنترنت** .
- ٣ - يصنع الناس **الفانوس** في شهر رمضان لتزيين الشوارع والبيوت .
- ٤ - يجب الاهتمام بعمل **ملصقات** ترويجية للعمل من خلال رسم الشعار .



## ١٣ : أكمل الجمل الآتية بكلمات مناسبة : -

( التقديرية - الوراثةية - الزراعة - علوم )

- ١- حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس الزراعة جامعة القاهرة .
- ٢- حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية .
- ٣- أسس د. أحمد مستجير مركز علوم الزراعة .
- ٤- د. أحمد مستجير هو رائد علم الهندسة الوراثةية .

مراجعة + بنك أسئلة

البروفيسور

أ / أحمد المراكبي



# كيفية طباعة صفحات معينة من ملف معين مثلا ازاي نطبع الصفحات من صفحة 4 الى صفحة 9

